

3
Issue



ANATOLIA SPORT RESEARCH

"International Peer-Reviewed and open Access Electronic Journal"



3
Volume

2022



ISSN 2757-6485



ANATOLIA SPORT RESEARCH



**International Peer-Reviewed
&
Open Access Electronic Journal**

**ISSN
2757-6485**

2022: 3 (3)



www.anatoliasr.org



editor@anatoliasr.org



[anatoliasr.journal](https://www.facebook.com/anatoliasr.journal)



[anatoliasr](https://www.instagram.com/anatoliasr)



[@SportAnatolia](https://twitter.com/SportAnatolia)



[Anatolia Sport Research](https://www.youtube.com/AnatoliaSportResearch)





ANATOLIA SPORT RESEARCH



Anatolia Sport Research (ASR) was established in 2020 and is a refereed sports field electronic journal that publishes three times a year (March-April, July-August, November-December). The Journal has been founded under the leadership of Eser AĞGÖN (Assoc. Dr. at Erzincan Binali Yıldırım University of School of Physical Education and Sport) and Anthony C. Hackney (PhD, DSc at University of North Carolina at Chapel Hill, Department of Exercise and Sport Science).

Anatolia Sport Research follows a double blind peer review policy. Whether or not the works sent to the journal will be published is decided according to the evaluations of at least two blind referees determined by the editors. If one of the two referees does not find the publication suitable, the decision to be published is given if the third referee considers it appropriate.

The journal is open access and free of charge. The content of the articles, all kinds of articles and visuals published in the journal and the legal responsibilities that may arise from them belong to the authors themselves. Publications that are below this rate and contrary to academic method and ethics are rejected or requested to be rewritten. In scientific papers to be sent to the journal, the recommendations of ICMJE (International Committee of Medical Journal Editors) and COPE (Committee on Publication Ethics) standards should be taken into consideration.



AIM

Anatolia Sport Research, in Turkey and in the world of sports and scientists working on related sciences, aims to enable researchers and students to publish in Turkish and English and, aims to create a common platform for qualified academic publications in this field to contribute to society and for scientific development.

SCOPES

The journal accepts articles under the sub-headings Physical and Sports Education, Movement and Training, Sports and Recreation Management of broadcasts that offer qualitative, quantitative research and model suggestions. Training, Physical Education and Play, Physical Education and Sports Pedagogy, Exercise and Sport Physiology, Exercise and Sport Psychology, Nutrition in Exercise and Sport, Physical Education, Sports and Physical Activity for the Disabled, Physical Activity and Health, Physical Fitness, Kinanthropometry, Motor Behavior, Recreation, Sports Biomechanics, Sports Philosophy, Sport Sociology, Sports History, Sports Management, Sports Tourism, Sports Anthropology and Sports Medicine.

This Journal licensed under a CC BY-NC-ND (Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0) International License.



ANATOLIA SPORT RESEARCH



EDITORIAL BOARD

Publisher

Eser AĞGÖN (PhD) Erzincan Binali Yıldırım University Faculty of Sport Sciences Erzincan, TURKEY

Editor in Chiefs

Eser AĞGÖN (PhD) Erzincan Binali Yıldırım University Faculty of Sport Sciences Erzincan, TURKEY

Anthony C. HACKNEY (PhD, DSc) University of North Carolina, Department of Exercise & Sport Science Chapel Hill, North Carolina, USA

Assistant Editors

Muhammet Cenk BİRİNCİ (PhD) Erzincan Binali Yıldırım University Faculty of Sport Sciences Erzincan, TURKEY

Öztürk AĞIRBAŞ (PhD) Bayburt University Faculty of Sport Sciences Bayburt, TURKEY

Field Editors

Physical Education and Sports

Oğuz Kaan ESENTÜRK (PhD) Erzincan Binali Yıldırım University Faculty of Education Erzincan, TURKEY

Training

İbrahim CAN (PhD) Iğdir University School of Physical Education and Sport Iğdir, TURKEY

Murşit Ceyhan BİRİNCİ (PhD) Ondokuz Mayıs University Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences Samsun, TURKEY

Sport Management

Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN (PhD) Erzincan Binali Yıldırım University Faculty of Sport Sciences Erzincan, TURKEY

Yunus Emre KARAKAYA (PhD) Fırat University Faculty of Sport Sciences Elazığ, TURKEY

Recreation

Ali İSKENDER (PhD) Atatürk University Faculty of Tourism Erzurum, TURKEY

Statistics Editor

Mehmet BEKDEMİR (PhD) Erzincan Binali Yıldırım University Faculty of Education Erzincan, TURKEY

Language Editor

Tolga AYTATLI (English Lect.) Kafkas University School of Foreign Languages Kars, TURKEY



ANATOLIA SPORT RESEARCH



Content Editors

Ahmet Melih ÇİLİNGİR (Lect.)	Aksaray University	Faculty of Education	Aksaray, TURKEY
Bülent TATLISU (Lect.)	Bayburt University	Faculty of Sport Sciences	Bayburt, TURKEY
Emrah Seçer (Resarch Assistant)	Erzincan Binali Yıldırım University	Faculty of Sport Sciences	Erzincan, TURKEY
Sibel TETİK (PhD)	Erzincan Binali Yıldırım University	Faculty of Sport Sciences	Erzincan, TURKEY

Editorial Advisory Board

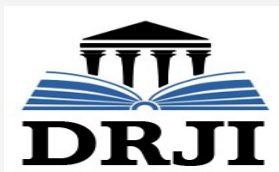
Ajeet JAISWAL (PhD)	Central University of Tamil Nadu	Department of Epidemiology and Public Health	Tamil Nadu, INDIA
Carlos MAGALLANES (PhD)	Universidad de Gama Filho	Departamento Educação Física y Salud	UFG, BRASIL
Cristian Cofre BOLADOS (PhD)	University of Santiago	Department of Physical Education	Santiago, CHILE
Gábor Áron Vitályos (PhD)	Eötvös Loránd University (ELTE)	Faculty of Education	Budapest, HUNGARY
İzzet UÇAN (PhD)	Ataturk University	Faculty of Sport Sciences	Erzurum, TURKEY
Jaak JURIMÄE (PhD)	University of Tartu	Institute of Sport Sciences and Physiotherapy	Tartu, ESTONIA
Leyla Stefanova DIMITROVA (PhD)	Vasil Levski National Sports Academy	Department of Chess	Sofia, BULGARIA
Maryam HADIZADEH (PhD)	University of Malaya	Centre for Sports and Exercise Sciences	Kuala Lumpur, MALAYA
Mehmet YAZICI (PhD)	Erzincan Binali Yıldırım University	Faculty of Sport Sciences	Erzincan, TURKEY
Mohammed Nashrudin NAHARUDIN (PhD)	University of Malaya	Centre for Sports and Exercise Sciences	Kuala Lumpur, MALAYA
Nikolay Anguelov PANAYOTOV (PhD)	Vasil Levski National Sports Academy	Department of Olympic Sports	Sofia, BULGARIA
Recep ÖZ (PhD)	Erzincan Binali Yıldırım University	Faculty of Education	Erzincan, TURKEY
Sareena Hanim HAMZAH (PhD)	University of Malaya	Centre for Sports and Exercise Sciences	Kuala Lumpur, MALAYA
Sergii IVASHCHENKO (PhD)	Kyiv Boris Grinchenko University	Faculty of Health, Physical Education and Sports	Kyiv, UKRAINE
Sevim KÜL AVAN (Phd)	Nevşehir Hacı Bektaş Veli University	Faculty of Sport Sciences	Nevşehir, TURKEY
Vahur ÖÖPIK (PhD)	University of Tartu	Institute of Sport Sciences and Physiotherapy	Tartu, ESTONIA
Valentin Georgiev GARKOV (PhD)	Vasil Levski National Sports Academy	Department of Tourism, Alpinism and Orienteering	Sofia, BULGARIA
Yahya ALZGHOUL (PhD)	University of Jordan	Department of Tourism Management, Faculty of Arts and Sciences	Aqaba, JORDAN
Yener BEKTAŞ (PhD)	Nevşehir Hacı Bektaş Veli University	Faculty of Arts and Sciences	Nevşehir, TURKEY



ANATOLIA SPORT RESEARCH



INDEX





REVIEWERS OF 2022– 3 (3)

- ◆ AHMET YAVUZ MALLI (PHD)
- ◆ ALİ İSKENDER (PHD)
- ◆ CEMAL ERSİN SİLİK(PHD)
- ◆ İBRAHİM ORKUN AKCAN (PHD)
- ◆ İLHAN ŞEN(PHD)
- ◆ İZZET UÇAN(PHD)
- ◆ MÜRŞİT CEYHUN BİRİNCİ (PHD)
- ◆ OĞUZ KAAAN ESENTÜRK (PHD)
- ◆ ÖZGÜR YAYLA(PHD)
- ◆ ÖZTÜRK AĞIRBAŞ (PHD)
- ◆ SERDAR USLU(PHD)
- ◆ SEYDİ AHMET AĞAOĞLU(PHD)
- ◆ SİBEL TETİK DÜNDAR(PHD)
- ◆ ULVIYE BİLGİN(PHD)
- ◆ YUNUS EMRE KARAKAYA (PHD)



TABLE OF CONTENTS

Original Articles

- ◆ Curling Sporuna Katılan Bireylerin Rekreasyonel Akış Deneyimlerinin İncelenmesi / Investigation of Recreational Flow Experiences of Individuals Participating in Curling Sport
Sevim KÜL AVAN, Kenan ŞEBİN, Havva ŞEBİN, Muhammet Cenk BİRİNCİ.....1-8
- ◆ Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Öğrencilerinde Denge Ve Reaksiyon Zamanı İlişkisi / The Relationship Between Balance and Reaction Time in Physical Education and Sports Teacher Students
Fatma TOKAT, Mehmet GÜNAY.....9-15
- ◆ Spor Genel Müdürlüğü Merkez Örgütünde Uygulanan Yönetim Biçimlerinin Belirlenmesi / Determination of The Management Styles the General Directorate of Sport in the Central Organization
Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN.....16-27
- ◆ Sivil Toplum Kuruluşlarında Rol Alan Bireylerin Uluslararası Sportif Aktiviteye Katılım Düzeyinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi / Investigation of the Level of Participation in International Sports Activities According to Some Variables of Individuals Taking a Role in Non-Governmental Organizations
Deniz AKYÜREK, Mehmet ACET, Özlem EKİZOĞLU.....28-42

Reviews

- ◆ Response of Zinc Levels During Aerobic Exercise: A Special Connection between Increased Metabolic Stress and Altered Oxidant to Antioxidant Balance / Aerobik Egzersiz Sirasında Çinko Seviyelerinin Cevabi: Artan Metabolik Stres İle Değişen Oksidan Ve Antioksidan Denge Arasında Özel Bir Bağlantı
Hüsamettin KAYA, Seda UĞRAŞ, Çağrı ÖZDENK.....43-48



Curling Sporuna Katılan Bireylerin Rekreatif Akış Deneyimlerinin İncelenmesi

“Investigation of Recreational Flow Experiences of Individuals Participating in Curling Sport”

Sevim KÜL AVAN¹ & Kenan ŞEBİN² & Havva ŞEBİN³ & Muhammet Cenk BİRİNCİ⁴

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 5 Aralık 2022

Kabul Tarihi: 28 Aralık 2022

Online Yayın Tarihi: 31 Aralık 2022

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliar.31>

Yazarlarla İletişim

1- (Sorumlu Yazar) Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Nevşehir, TÜRKİYE.

sevim.kul@nevsehir.edu.tr

2- <https://orcid.org/0000-0003-3103-381X>

2- Atatürk Üniversitesi, Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Erzurum, TÜRKİYE.

kenan.sebin@ataturk.edu.tr

3- <https://orcid.org/0000-0003-3078-6887>

3- Gençlik ve Spor Bakanlığı Ankara İl Müdürlüğü, Ankara, TÜRKİYE.

sebinhavva@gmail.com

4- <https://orcid.org/0000-0003-4641-6346>

4- Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreatif Akış Bölümü, Erzincan, TÜRKİYE.

cenk.birinci@erzincan.edu.tr

5- <https://orcid.org/0000-0002-0309-8256>

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 raporlandığını ve herhangi bir tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

Referans Gösterimi

Kul Avan, S., Şebin, K., Şebin, H., & Birinci, M., C. (2022). Investigation of Recreational Flow Experiences of Individuals Participating in Curling Sport, *Anatolia Sport Research*, 3(3): 1-8.

Copyright © 2022 by Anatolia Sport Research

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada, rekreatif faaliyet olarak curling sporu yapan bireylerin demografik özelliklerden cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve ekonomik durumlarının akış deneyimine etkisinin saptanması amaçlanmıştır.

Materyal ve Metod: Çalışmada anket tekniği kullanılmıştır. Bu doğrultuda demografik özelliklere yönelik soruların yer aldığı kişisel bilgi formu ve Ayhan, Eskiler ve Soyer (2020) tarafından geliştirilen “Rekreatif Akış Deneyimi Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma kapsamında rekreatif anlamda curling sporu yapan bireylerden 126 kişiye ölçek uygulanmıştır. Toplanan verilerin analizinde SPSS25 istatistiksel paket kullanılmıştır. Demografik özelliklerin etkisini belirlemek için bağımsız t testi uygulanmıştır.

Bulgular: Bulgularda kadın katılımcıların akış deneyimi ortalama puan ortalamalarının 6,4889, cinsiyeti erkek olan katılımcıların puan ortalamalarının 5,3040 olduğu, evli katılımcıların akış deneyimi ortalama puan ortalamalarının 6,1414, bekâr olan katılımcıların puan ortalamalarının 5,5256 olduğu, üniversite eğitimi almış katılımcıların akış deneyimi ortalama puan ortalamalarının 6,2986, üniversite eğitimi almamış olan katılımcıların puan ortalamalarının 5,4066 olduğu, ekonomik açıdan kendi algısına göre yüksek olan katılımcıların akış deneyimi ortalama puan ortalamalarının 5,8349, ekonomik açıdan kendi algısına göre düşük olan katılımcıların puan ortalamalarının 4,4971 olduğu görülmüştür.

Sonuç: Sonuç olarak, rekreatif faaliyet olarak curling sporu yapan bireylerin cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve ekonomik durumu ile akış deneyimleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kadın katılımcıların erkeklerle oranla daha yüksek akış durumunda olduğu, evli katılımcıların bekarlara göre daha yüksek seviyede akış durumu gösterdiği, eğitim seviyesi yüksek olan katılımcıların ve gelir seviyesi yüksek olan katılımcıların diğerlerine oranla daha fazla akış deneyimi içerisinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Akış Kuramı, Rekreatif Akış, Rekreatif Akış Deneyimi.

ABSTRACT

Aim: In this study, it was aimed to determine the effect of demographic characteristics such as gender, marital status, educational status and economic status on the flow experience of individuals who do curling as a recreational activity.

Material and Method: The questionnaire technique was used in the study. In this direction, a personal information form including questions about demographic characteristics and the "Recreational Flow Experience Scale" developed by Ayhan, Eskiler, and Soyer (2020) were used. Within the scope of the research, the scale was applied to 126 individuals who do curling recreationally. SPSS25 statistical package was used in the analysis of the collected data. Independent t-test was used to determine the effect of demographic characteristics.

Results: According to the findings, the mean flow experience mean score of the female participants was 6.4889, the mean score of the male participants was 5.3040, the mean flow experience mean score of the married participants was 6.1414, the mean score of the single participants was 5.5256, the flow experience of the participants with university education The average score average of the participants who did not have a university education was 6.2986, the average score of the participants who did not have a university education was 5.4066, the average point average of the flow experience of the participants who were higher in terms of their own perception of the economy was 5.8349, and the average score of the participants who had a low economic point of view was 4.4971 seen.

Conclusions: As a result, a significant difference was found between gender, marital status, education and economic status, and flow experiences of individuals who do curling as a recreational activity. It was concluded that female participants were in a higher flow state than men, married participants showed a higher level of flow than singles, participants with a high level of education and participants with a high income level had more flow experience than others.

Keywords: Flow Theory, Recreation, Recreational Flow Experience.

GİRİŞ

Bireyler günlük yaşamın monotonluğundan kurtulup, işten arta kalan zamanlarını en iyi şekilde geçirmek amacıyla farklı rekreasyonel faaliyetlere katılırlar. Bireyler bazı psikolojik ve fiziksel gayelerini gerçekleştirmek amacıyla rekreasyon faaliyetlerini gerçekleştirmektedir. Kişilerin amaç, tutum, beklenti ve kişisel özelliklerine göre rekreasyon faaliyet tercihleri çeşitlilik göstermektedir. Rekreasyonel faaliyetlere katılmadan kazanılan deneyim, bireyler üzerinde olumlu ya da olumsuz etki bırakması açısından önemli görülmektedir.

Rekreasyon deneyimi üzerine çalışan araştırmacılar, sosyal psikoloji kuramlarından algılanan özgürlük, optimal uyarılma, içsel motivasyon ve akış gibi terimler kullanılarak rekreasyon deneyiminin açıklanmaya çalışıldığını ifade etmişlerdir (Patterson ve Pegg, 2010). Özellikle Akış Kuramı rekreasyon deneyimini anlamak için kullanılan olgulardan biri olarak değerlendirilmektedir. Akış deneyimi, bireylerin deneyimlediği faaliyetle bütünleşmeleri, yaşadıkları deneyimden zevk almaları ve deneyimin gerçekleştirilmesi esnasında yaratıcılıklarını hissetmeleri şeklinde ifade edilebilmektedir (Chen, 2006). İnsanların neden rekreasyonel faaliyetlerine katıldıklarını anlamaya dayalı geliştirilen bu model, bireyin içsel olarak deneyimlediği haz durumunu açıklamaktadır. Faaliyetlere katılmada bireyin yetenek ve becerileri doğrultusunda katılım sıklığı artmakta ya da azalmaktadır. Bununla birlikte faaliyetlerin zorluk derecesi kişideki katılma heyecanını azaltabilmektedir (Massimini ve Carli 1988).

Vespestad ve Frank(2011:572) Csikszentmihalyi'nin akış deneyimi için, bireylerin herhangi bir aktiviteye katılım öncesinde belli bir seviyede eğitim alındığında, yaş, cinsiyet, kültürel yaşanmışlık ve sosyal durum farklılıklarının önemsiz olduğunu ifade ettiğini aktarmıştır. Buradan yola çıkarak çalışmada cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum ve ekonomik durum faktörleri ele alınarak, bu faktörlerin curling sporu bireylerin rekreasyonel akış deneyimlerinde üzerinde anlamlı bir farklılığın olup olmadığı belirlenmeye çalışılmıştır.

Literatür incelendiğinde (Marsh ve Smethurst,2001; Mills ve Butler,2005; Wöran ve Arnberger, 2012; Jackson, Thomas, Arslan Ayazlar, 2015; Cheng ve Lu, 2015; Kaya, Metin ve Akoğlu Kozak, 2015; Cheng, Hung ve Chen, 2016; Çeşmeci ve Koçak, 2020) çeşitli rekreasyonel spor faaliyetlere katılan bireylerin akış deneyim durumlarının incelendiği görülmüştür. Fakat curling sporu yapan bireylerin akış durumlarının incelendiği çalışmaya rastlanılmamıştır. Çalışmanın bu açıdan literatüre katkı sağlayacağı düşünülmekte ve çalışma önemli görülmektedir.

Akış Teorisi

Akış (flow) teorisi Mihaly Csikszentmihalyi' nin 1975 yılında geliştirdiği bir kuramdır. Csikszentmihalyi farklı meslekten bireyler ile görüşüp onlarla mülakat yapmıştır. Çalışma sonucunda farklı meslek ve yaş gruplarından, farklı kültürel özelliğe sahip bireylerin deneyimledikleri durumları aynı şekilde belirttiğini algılamıştır (Karaca, 2018). Csikszentmihalyi rekreasyon faaliyetlerine katılımları durumunda kişilerin içsel motivasyon faktörlerini belirlemek amacıyla, onların hislerini ve deneyimlerini paylaştığı nitel bir çalışma hazırlamıştır. Bu çalışmadan bireylerin deneyimlerinin kişiden kişiye göre değişiklik gösterdiği ve faaliyetlere katılan kişilerin daha önce yaşadıkları durumdan daha farklı durum yaşadıklarını ifade ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Bu durumdan dolayı kişilerin bu öznel deneyim durumlarının günlük hayat dışında yaşanan derin akış deneyimi olduğunu ve akışta olan bireylerin bu durumlarını sürdürmek için daha fazla ücret ödemeye niyetli oldukları ifade edilmiştir (Csikszentmihalyi, 1990, 4).

Kurama göre, etkinliğin zorluk derecesinin kişinin yetenek ve becerilerinin üstünde olduğu durumlarda öznel yaşamında kaygı oluşturmakta, etkinliğin kolay olması durumunda ise kişide can sıkıntısı oluşturmaktadır. Beceri ve etkinliklerin zorluk derecesinin eşit olması durumunda ise birey duygusal körelme yaşanmaktadır (Moneta ve Csikszentmihalyi, 1999). Akışta olmanın en önemli belirtisi zamanın nasıl geçtiğinin anlaşılabilmesi olarak belirtilebilmektedir. Akışı deneyimleyen birey, tamamen yaptığı aktiviteye odaklanır ve bireyin çevresinde yer alan dış etkenler o kişi için önemini kaybetmektedir. Birey akış için gerekli şartlar sağlandığında yaptığı faaliyete odaklanır ve konsantre olur, deneyimlediği faaliyetin farkına varır, bilinç kaybı durumu söz konusu olur, faaliyet zamanını denetler, zaman algısı değişir ve kendini gerçekleştirme duygusu hissine kapılırlar (Nakamura ve Csikszentmihalyi, 2002). Çünkü bir akış deneyiminde bireylerin kendini tamamen etkinliğe odakladığı ve başka hiçbir şeyin dikkatini dağıtmadığı söylenebilmektedir. Ayrıca akış deneyimi yaşayan bireylerin bu keyifli durumlu sürdürmek için daha fazla ücret vermeye razı oldukları da belirlenmiştir. (Csikszentmihalyi, 1990, 4).

Bireylerin akış deneyimlerini oluşturan temel özellikler bulunmaktadır. Bunlar, yapılan faaliyete tamamiyle odaklanma, faaliyetin birleştirilmesiyle oluşan farkındalık, öz bilinç kaybı, bireyin davranışlarını denetleyebileceği hissi, zamanın dönüşümü duygusu, deneyime katılma hedefi için bir bahane şeklinde belirtilmiştir (Nakamura ve Csikszentmihalyi, 2014:90)

Akış deneyimi, son yıllarda farklı alanlarda kullanılan bir kuram olarak göze çarpmaktadır. Bu konuda yapılan pek çok çalışmada akış deneyiminin ölçülmesine yönelik farklı model ve metodların geliştirildiği görülmektedir. Akış deneyiminin ölçülmesine yönelik yapılan çalışmaların büyük bir bölümünün rekreasyonel faaliyetler olduğu görülmektedir. Yürüyüş yapan bireylerin akış durumlarını belirlemeye yönelik yapılan çalışma (Çeşmeci ve Koçak, 2020) sonucunda yürüyüş güzergahının akışı yaratan en önemli faktör olduğu belirlenmiştir. Arslan Ayazlar (2015)'in yamaç paraşütü yapan bireyler üzerinde yaptığı çalışma sonucunda, yamaç paraşütü faaliyetine katılma zorluğu ve bireyin beceri dengesinin akış deneyimini yükselttiği belirlenmiştir. Cheng ve Lu (2015)'nin sörf yapan bireylerin akış durumlarını incelediği çalışmasında akış durumunun yüksek olduğu belirlenmiştir. Kaya, Metin ve Akoğlu Kozak (2015)'in kapalı alan rekreasyon faaliyetlerine katılan bireylerin akış deneyimlerinin belirlenmesine yönelik yaptığı çalışmada, katılımcıların faaliyete yönelik kazandığı tecrübe, haftalık yapmış oldukları egzersiz sayısı, faaliyete katılım düzeyleri ve faaliyetlerin yapıldığı tesis koşullarının bazı boyutları olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir. Wöran ve Arnberger (2012)'un dağ yürüyüşçüleri üzerinde yaptıkları çalışma sonucunda katılımcıların akış deneyimlerinin rekreasyon faaliyet uzmanlığına ve rekreasyon faaliyetinin yapıldığı ortama bağlı olduğu belirlenmiştir.

Jackson ve arkadaşlarının (2001) sporcuların akış deneyimlerini incelediği çalışmasında, sporcuların becerilerinin farkında olmalarının ve kendilerini yönetebilmelerinin akış deneyimini olumlu şekilde etkilediği sonucuna varılmıştır. Mills ve Butler (2005)'in dağ yürüyüşü yapan bireylerin akış durumunu belirlemek için yapılan çalışmada katılımcıların %62'sinin akış içerisinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cheng, Hung ve Chen (2016) tarafından milli parkta yürüyüş yapanların akış deneyimlerini inceledikleri çalışma sonucunda kendini yürüyüş faaliyetine yakın hisseden katılımcıların daha yüksek düzeyde akış yaşadığı belirlenmiştir.

MATERYAL VE METOD

Araştırmanın Deseni

Araştırmanın deseni tarama araştırmalarının bir çeşidi olan ilişkisel tarama modelindedir. İlişkisel tarama modeli iki veya daha çok değişken arasındaki ilişkiyi ya da bağlantıyı ortaya çıkarmaktadır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2014).

Araştırmanın Grubu

Araştırma evreni, 2022 yılında Türkiye’de rekreasyonel amaçlı curling sporu ile uğraşan bireylerden oluşmaktadır. Örneklemi ise Türkiye’de curling tesisleri olan Erzurum, Ankara, Trabzon, Kocaeli ve Samsun illerinde bu branşa rekreatif amaçlı katılım sağlayan 126 kişiden oluşmaktadır. Branşın yeni olması ve çok fazla tesisin olmaması, örneklem büyüklüğünü sınırlandırmaktadır.

Araştırmanın Hipotezleri

H₁: Rekreasyon amaçlı curling yapan bireylerin akış deneyimlemesi, cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₂: Rekreasyon amaçlı curling yapan bireylerin akış deneyimlemesi, medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₃: Rekreasyon amaçlı curling yapan bireylerin akış deneyimlemesi, eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₄: Rekreasyon amaçlı curling yapan bireylerin akış deneyimlemesi, ekonomik duruma göre anlamlı farklılık göstermektedir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Oluşturulan kişisel bilgi formunda cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve ekonomik duruma ilişkin sorular bulunmaktadır. Kişisel bilgi formuna ek olarak “Rekreasyonel Akış Deneyimi Ölçeği” kullanılmıştır. Rekreasyonel Akış Deneyimi Ölçeği (RADÖ), Ayhan, Eskiler ve Soyer (2020) tarafından geliştirilmiştir. İlgili ölçek, dokuz maddeden ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte bulunan maddelerin değerlendirilmesinde “7-Kesinlikle Katılıyorum, 6- Katılıyorum, 5-Bazen Katılıyorum, 4-Ne katılıyorum ne Katılmıyorum, 3-Katılıyorum, 2- Bazen Katılmıyorum, 1-Kesinlikle Katılmıyorum” olmak üzere yedili Likert tipi ölçüm kullanılmaktadır. Dokuz maddeli ölçeğe ilişkin test-tekrar test güvenilirliği değerlendirilmiştir ve iki ölçüm arasındaki korelasyonun yüksek düzeyde ($r=.811$) olduğu belirlenmiştir. Son olarak, RADÖ korelasyon değerleri (.475-.760) ve bu ilişkilerin istatistiksel açıdan anlamlı olması ($p<.001$), diğer bir geçerlik göstergesi olarak kabul edildiğinin göstergesidir (Ayhan, Eskiler ve Soyer, 2022). Bu bilgiler ışığında, Rekreasyonel Akış Deneyimi Ölçeği’nin yeterli düzeyde geçerliğe ve güvenilirliğe sahip olduğunu söylemek mümkündür.

Verilerin Toplanması

Verileri toplama aşamasında, Erzurum, Ankara, Trabzon, Kocaeli ve Samsun illerinde curling hizmeti veren tesislerle veri toplamaya ilişkin gerekli izin yazışmaları yapılmıştır. Katılımcıların izinleri dahilinde veriler online toplanmıştır. Veriler 126 katılımcıdan toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Çalışma verilerini analiz etmek için SPSS 25 istatistiksel analiz programından yararlanılmıştır. Katılımcıların cinsiyet ve medeni durumunun akış deneyimi üzerine etkisini analiz etmek için t testi, eğitim durumu ve ekonomik durumunun akış deneyimi üzerine etkisini analiz etmek için ise Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) testi yapılmıştır.

BULGULAR

Çalışma kapsamında incelenen bireylerin demografik özelliklerine yönelik elde edilen veriler Tablo 1’de gösterilmektedir.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri

Değişken	Grup	f	%
Cinsiyet	Kadın	35	27.8
	Erkek	91	72.2
Medeni Durum	Bekâr	104	82.5
	Evli	22	17.5
Eğitim Durum	Lise	94	74.6
	Üniversite	32	25.4
Ekonomik Durum	Düşük	19	15.1
	Yüksek	107	84.9

Mevcut çalışmada toplam 126 birey katılmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımı Tablo 1’de gösterilmektedir. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre %27,8’i kadın, %72,2’i ise erkek olduğu tespit edilmiştir. Rekreasyonel amaçlı curling branşına katılım gösteren bireylerin 82,5’i bekâr, 17,5’i ise evlidir. Katılımcıların eğitim durumu dikkate alındığında 74,6’sının lise, 25,4’ünün ise üniversite eğitimi aldığı görülmektedir. Algılanan gelir düzeyine göre ise 15,1’i düşük, 84,9’u ise yüksek gelir düzeyine sahip oldukları görülmektedir.

Tablo 2. Cinsiyet-Akış Deneyimi İlişkisi

Cinsiyet	N	Ort.	Ss	SD	t	p
Kadın	35	6.48	.54	124	3.644	.000**
Erkek	91	5.30	1.88			

*p<.005; **p<.001

Tablo 2 incelendiğinde kadın katılımcıların akış deneyimi ortalama puan ortalamalarının (6,48), cinsiyeti erkek olan katılımcıların puan ortalamalarından (5,30) yüksek olduğu görülmektedir. Akış deneyimi cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($t(124) = 3.644$; $P < 0,001$).

Tablo 3. Medeni Durum-Akış Deneyimi İlişkisi

Medeni durum	N	Ort.	Ss	SD	t	p
Bekâr	104	5.52	1.83	124	-1.540	.016*
Evli	22	6.14	.76			

*p<.005; **p<.001

Tablo 3 incelendiğinde evli katılımcıların akış deneyimi ortalama puan ortalamalarının (6,14), bekâr olan katılımcıların puan ortalamalarından (5,52) yüksek olduğu görülmektedir. Medeni durum değişkeni ile akış deneyimi arasında anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($t(124) = -1.540$; $P < 0,05$).

Tablo 4. Eğitim Durumu-Akış Deneyimi İlişkisi

Eğitim durumu	N	Ort.	Ss	SD	t	p
Lise	94	5.40	1.88	124	-2.602	.001*
Üniversite	32	6.29	.74			

*p<.005; **p<.001

Tablo 4'e göre üniversite eğitimi almış katılımcıların akış deneyimi ortalama puan ortalamalarının (6,29), üniversite eğitimi almamış olan katılımcıların puan ortalamalarından (5,40) yüksek olduğu görülmektedir. Akış deneyiminin eğitim durumu değişkenine üzerinde anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($t(124) = -2.602; P < 0,05$).

Tablo 5. Ekonomik Durumu-Akış Deneyimi İlişkisi

Ekonomik durum	N	Ort.	Ss	SD	t	p
Düşük	19	4.49	2.78	124	-3.255	.000**
Yüksek	107	5.83	1.36			

*p<.005; **p<.001

Tablo 5 incelendiğinde ekonomik açıdan kendi algısına göre yüksek olan katılımcıların akış deneyimi ortalama puan ortalamalarının (5,83), ekonomik açıdan kendi algısına göre düşük olan katılımcıların puan ortalamalarından (4,49) daha yüksek olduğu görülmektedir. Akış deneyimi ekonomik durum değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($t(124) = -3.255; P < 0,001$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada yaşam döngüsü içerisinde yer alan bireylerin boş zaman etkinliklerinde içerisinde akış deneyimini cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve ekonomik durumlarına göre farklılık olup olmadığını ortaya koymayı amaçlamıştır. Bu kapsamda oluşturulan hipotezler test edilmiştir.

Akış kişilerin duygu düşünce ve hislerini ortaya koymak için farklı ölçüm araçları kullanılmıştır (Jackson ve Marsh 1996; Jackson ve Eklund, 2002; Aşçı, Çağlar, Eklund, Altıntaş ve Jackson, 2007). Fakat bu ölçme araçları farklı ülkelerde farklı kültürlerde üretildiği için teknik soruların anlaşılması, teknik dil kullanılmasından dolayı ifadeler yeterli olmadığı düşüncesine sebep olmaktadır. Bu yüzden bu çalışmada kullanılan "Rekreasyonel Akış Deneyimi Ölçeği" alandaki açığı kapatması, yeni bakış açıları getirmesi ve literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Rekreasyonel akış deneyimi, kapalı alanlarda (Kaya, Metin, & Kozak, 2015), dijital oyun kullanıcıları (Gön, 2020), açık alan faaliyetlerinde (Eigenschenk, vd., 2019), racketlon sporcularının (Korer ve Alpullu, 2020) üzerine yapılan çalışmalar yapıldığı görülmektedir. Ancak rekreatif amaçlı curling faaliyetine katılım gösteren bireyler üzerine çalışmaya rastlanmamış olması bu çalışmanın önemini göstermektedir.

Araştırmanın bulguları incelendiğinde akış deneyiminin, cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu sonuç kapalı alan rekreasyon tesislerinde kullanıcıların akış deneyimi üzerine yapılan (Kaya, Metin ve Kozak, 2015) ve cinsiyet ve spor alanında yapılan (Yüksel, 2014) çalışmalarla desteklenmektedir. Medeni durum değişkeninde incelendiğinde anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu sonuç yabancı uyruklu bireylerin serbest zaman durumlarının akış deneyimi üzerine yapılan çalışmada desteklenmektedir (Yapıcı ve ark., 2022).

Akış deneyimi üzerine yapılan çalışmalar eğitim değişkeni bağlamında değerlendirildiğinde eğitim seviyesinin farklılık göstermediği (Gön, 2020), tespit edilmesine rağmen bu çalışmada bu durumun aksi görülmektedir. Eğitim değişkeni, rekreasyonel amaçlı curling yapan bireylerde anlamlı bir farklılık ortaya koyduğu görülmektedir. Bunun sebebi eğitim seviyesi yüksek olan bireyler curling

aktivitesine katılımda daha bilinçli gelmeleri olabilir. Bilinçli düzeyi yüksek olan bireyler akışa deneyimi esnasında daha fazla yer alabilmektedir.

Racketlon sporcularının akış kuramı üzerine yapılan çalışmada gelir düzeylerine göre farklılık olmadığı tespit edilmesine (Korer ve Alpulu, 2020) rağmen yapılan bu çalışmada bu durum tam tersi görülmektedir. Ekonomik durumu değişkeninde incelendiğinde anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Curling aktivitesi katılım gösteren bireyleri gelir düzeyleri arttıkça aktiviteye esnasında daha fazla akış içerisinde yer bulmaktadırlar.

Katılımcıların akış içerisinde olup olmadıklarını belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmada rekreasyonel amaçlı curling aktivitesine katılım gösteren bireylerin cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, ekonomik durumu değişkenleri incelenmiştir. Bu inceleme de rekreatif amaçlı aktiviteye katılan bireylerin akış içerisinde olduğu tespit edilmiştir. Gelecek çalışmalarda daha fazla katılımcıya ulaşarak sporun farklı branşları üzerine çalışmalar yapılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Arslan Ayazlar, R. (2015). Akış deneyiminin yamaç paraşütü deneyim doyumu ve yaşam doyumuna etkileri. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı, Aydın.
- Aşçı, F. H., Çağlar, E., Eklund, R. C., Altıntaş, A., & Jackson, S. (2007). Durumluk ve sürekli optimal performans duygu durum-2 ölçekleri' nin uyarılma çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 182-196.
- Ayhan, C., Eskiler, E., & Soyer, F. (2020). Measuring flow experience in recreational participants: Scale development and validation: Rekreasyonel katılımcılarda akış deneyiminin ölçülmesi: Ölçek geliştirme ve doğrulama. *Journal of Human Sciences*, 17(4), 1297-1311.
- Baloglu, S., & Usakli, A. (2017). *Summarizing data*. In Sirakaya, E., Uysal, M., Hammit, W. E. & Vaske, J. J. (Eds.), *Research Methods for Leisure, Recreation and Tourism* (2nd Edition). UK: CABI Publishing.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pagem Akademi.
- Chen, H. (2006). Flow on the net—detecting web users positive affects and their flow states. *Computers in Human Behavior*, 22(2), 221-233.
- Cheng, T. M., & Lu, C. C. (2015). The causal relationships among recreational involvement, flow experience, and well-being for surfing activities. *Asia Pacific Journal of Tourism Research*, 20(sup1), 1486-1504.
- Cheng, T. M., Hung, S. H., & Chen, M. T. (2016). The influence of leisure involvement on flow experience during hiking activity: Using psychological commitment as a mediate variable. *Asia Pacific Journal of Tourism Research*, 21(1), 1–19.
- Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco: JoseyBass.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience* (1st ed.). New York: Harper & Row.
- Çeşmeci, N., & Koçak, G. N. (2020). Akış Durumu, algılanan değer ve destinasyon sadakatini arasındaki ilişkilerin incelenmesi: Yürüyüş deneyimi örneği. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3, 381-401.
- Eigenschenk, B., Thomann, A., McClure, M., Davies, L., Gregory, M., Dettweiler, U., & Inglés, E. (2019). Benefits of outdoor sports for society a systematic literature review and reflections on evidence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(6),937.
- Gön, İ. (2020). *Akış kuramının dijital oyun kullanıcılarının satın alma davranışı üzerine etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Galatasaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Jackson, S. A. & Eklund, R. C. (2002). Assessing flow in physical activity: The flow state scale-2 and dispositional flow scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24(2), 133-150.
- Jackson, S. A., & Marsh, H. W. (1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: The flow state scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 17-35.
- Jackson, S. A., Thomas, P. R., Marsh, H. W., & Smethurst, C. J. (2001). Relationships between flow, self-concept, psychological skills and performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13(2), 129-153.

- Karaca, K. Ç. (2018). *Restoran atmosferinin tekrar ziyaret niyetine etkisi: Akış deneyiminin aracılık rolü*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Kaya, B., Metin, T., & Kozak, M. A. (2015). Kapalı rekreasyon tesislerinde kullanıcıların akış deneyimi. *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 2(2), 6-25.
- Korer, E., & Alpulu, A. (2020). Racketlon sporcularının akış kuramı boyutunda farklılıkların incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(2), 97-105.
- Massimini, F., & Carli, M. (1988). *The systematic assessment of flow in daily experience*. Csikszentmihalyi, M. ve Csikszentmihalyi, I. S. (Eds.), in *Optimal Experience: Psychological Studies of Flow in Consciousness*, ss.288-303. New York: Cambridge University Press.
- Mills, A. S., & Butler, T. S. (2005). *Flow experience among appalachian trail thruhikers*. (In) *Proceedings of the 2005 Northeastern recreation research symposium* (ss. 366–371).
- Moneta, G. B., & Csikszentmihalyi, M. (1999). Models of concentration in natural environments: A comparative approach based on streams of experiential data. *Social Behavior and Personality*, 27(6), 603-637.
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2002). *The Concept of flow*. In (C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Editörler), *Handbook of Positive Psychology*, ss.89-105, Oxford: Oxford University Press.
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2014). *The concept of flow*. In *Flow and the foundations of positive psychology* (pp. 239-263). Springer: Dordrecht.
- Patterson, I., & Pegg, S. (2010). *Marketing the leisure experience to baby boomers and older tourists*. *Marketing of Tourism Experiences*. (Ed: N. Scott, E. Laws ve P. Boksberger), ss. 156-175. New York: Routledge.
- Vespestad, M. K., & Frank, L. (2011). Understanding nature-based tourist experiences: An ontological analysis. *Current Issues in Tourism*, 14(6), 563-580.
- Wöran, B., & Arnberger, A. (2012). Exploring relationships between recreation specialization, restorative environments and mountain hikers' flow experience. *Leisure Sciences*, 34(2),95-114.
- Yapıcı, E. C., Alpulu, A., Mametkulyyev, Y., & Yılmaz, A. (2022). Yabancı uyruklu bireylerin serbest zamanlarındaki durumlarının akış kuramı bağlamında incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1), 1-14.
- Yüksel, M. (2014). Cinsiyet ve spor. *Tarih Okulu Dergisi*, 7(19), 663-684.



Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Öğrencilerinde Denge Ve Reaksiyon Zaman İlişkisi

“The Relationship Between Balance and Reaction Time in Physical Education and Sports Teacher Students”

Fatma TOKAT¹ & Mehmet GÜNAY²

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 9 Eylül 2022
Kabul Tarihi: 12 Kasım 2022
Online Yayın Tarihi: 31 Aralık 2022

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliars.32>

Yazarlarla İletişim

1- (Sorumlu Yazar) Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye.

ftokat.3824@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-6976-1567>

2- Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye

mgunay1966@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-0047-2203>

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 tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

Referans Gösterimi

Tokat, F., & Günay, M. (2022). The Relationship Between Balance and Reaction Time in Physical Education and Sports Teacher Students, *Anatolia Sport Research*, 3(3):9-15.

Copyright © 2022 by Anatolia Sport Research

ÖZET

Amaç: Çalışmanın amacı, beden eğitimi ve spor öğretmenliği öğrencilerinin statik ve dinamik denge değerleriyle basit reaksiyon zamanları arasında ilişki olup olmadığını incelemektir.

Materyal ve Metod: Çalışma 18-24 yaş 69 erkek ve 61 kadın beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin katılımıyla yapılmıştır. Katılımcıların dinamik denge ölçümleri Y denge testi ile, statik denge ölçümleri flamingo testi ile basit reaksiyon zamanı ölçümleri ise Newtest 1000 cihazı ile ölçülmüştür.

Bulgular: Çalışma sonucunda değişkenler arasında cinsiyete göre farklılık tespit edilmemiştir ($p>.05$). Kadınlarda değişkenler arası ilişki görülmezken ($p>.05$), erkeklerde sadece statik denge ile işitsel reaksiyon zamanı arasında pozitif yönlü orta düzey ilişki görülmüştür ($p<.05$).

Sonuç: Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü kadın öğrencilerinin denge ve basit reaksiyon zamanları arasında ilişki bulunmazken erkek öğrencilerde ilişki bulunmuştur. Reaksiyon zamanı ve denge becerilerinde cinsiyetin kendi içinde etkisi görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dinamik denge, Statik denge, Basit Reaksiyon Zamanı, Beden Eğitimi ve Spor

ABSTRACT

Aim: The aim of the study is to examine whether there is a relationship between static and dynamic balance values and simple reaction times of physical education and sports teacher students.

Material and Method: The study was carried out with the participation of 69 male and 61 female physical education and sports students between the ages of 18-24. Dynamic balance measurements of the participants were measured with the Y balance test, static balance measurements were measured with the flamingo test, and simple reaction time measurements were measured with the Newtest 1000.

Results: As a result of the study, no difference was found between the variables according to gender ($p>.05$). While there was no relationship between variables in female ($p>.05$), only a moderate positive correlation was observed between static balance and auditory reaction time in male ($p<.05$).

Conclusion: While there was no relationship between balance and simple reaction times of female students in physical education and sports teaching department, a relationship was found in male students. The effect of the gender factor on reaction time and balance skills is observed.

Keywords: Dynamic Balance, Static Balance, Simple Reaction Time, Physical Education and Sports

GİRİŞ

Sporcular için performansı artırmak ya da var olan becerileri en iyi şekilde sergilemek önemlidir. Spor bilimlerinde de performansı artırmak için motorik özelliklerin geliştirilmesi ve bu özelliklerin organizmada çalışma prensipleriyle ilgili araştırmalar yapılmaktadır. Kuvvet, sürat, dayanıklılık, koordinasyon, denge, reaksiyon zamanı gibi motorik özellikleri ne kadar gelişmiş ve birbiriyle koordineli şekilde bu özelliklerini kullanabiliyorsa sporcunun performansı doğru orantılı olarak gelişir diyebiliriz. Dinamik bir ortam içeren sporlar, sporcuların motor becerilerini yetkin bir şekilde yerine getirmeleri için yüksek algısal yetenekler gerektirir (Lloyd, Moeskops, & Granacher, 2019). Denge ve reaksiyon da sporcular için hem içsel hem de çevresel faktörlerin etkili olduğu yüksek algı gerektiren motorik becerilerdendir.

Denge, pozisyonların (duruş) stabilitesini ve uzaydaki hareketlerin yönlendirilmesini sağladığı için motor işlevi için vazgeçilmez mekanik bir durumdur. Bu nedenle gerek günlük eylemlerde gerekse sportif faaliyetlerde önemli motorik becerilerdendir. Statik denge, dinamik denge ve objeyle denge olmak üzere üç sınıflandırma yapılmıştır (Günay, Şıktar ve Şıktar, 2019). Bireyin hareketli ya da hareketsiz konumlarda postür kontrolünün optimum şekilde sağlayabilmesi denge performansı ile ilişkilidir. Denge, dururken veya hareket ederken (düşmemek) duyuşal işlevlerimizin (görme, işitme ve propriosepsiyon) koordineli eylemi aracılığıyla pozisyonunu koruma yeteneğidir (Cristina-Elena ve Liliana-Elisabeta, 2014).

Hareketler oluşurken koordinasyonun sağlanması için hareketler ve organizmanın pozisyonuyla ilgili merkezi sinir sistemine (MSS) duyuşal bilgi akışı olmaktadır. Bu bilgi akışı propriosepsiyon olarak adlandırılır. Vestibüler ve kinestetik olmak üzere iki tür propriosepsiyondan bahsedilir. Vestibüler sistem iç kulak denge organıyla ilişkilidir. İşitme sistemi dengede önemli rol oynamaktadır. Kinestetik sistem ise kas içcikleri, tendon, kemik, bağ doku gibi iskelet sistemini kapsar ve organizmanın sabit ya da hareket halindeyken uygun tepkileri oluşturması için önemlidir (Day ve Fitzpatrick, 2005).

Denge yeteneğinde etkili olan diğer sistem ise görme sistemidir. Görsel sistemin üç bileşeni vardır: merkezi, çevresel ve retina kayması. Merkezi (odak) görsel sistem, nesne hareket algısı ve nesne tanımada uzmanlaşırken, çevresel veya çevresel görüş hareket sahnesine duyarlıdır ve hem kendi kendine hareket algısına hem de postüral kontrole hakim olduğu düşünülmektedir. Afferent hareket algısının bir parçası olan retina kayması, bir kişinin merkezi sinir sistemi (MSS) tarafından yer değiştirmesiyle ilgilidir (Grace Gaerlan ve diğerleri, 2012).

Reaksiyon zamanı ise, bir ya da birden çok uyarana verilen tepki süresidir. Basit reaksiyon zamanı ve çoklu reaksiyon zamanı olarak ölçülebilmektedir. Basit reaksiyon zamanı görsel ya da işitsel tek bir uyarana verilen tepki süresini belirlerken, çoklu reaksiyon zamanı ise görsel-işitsel uyarıların aynı anda verilmesiyle ölçülmektedir (Kuan ve diğerleri, 2018).

Organizmada reaksiyonun oluşması spesifik olarak şu akış içinde gerçekleşir.

Uyaran → Duyusal Nöron → Omurilik veya Beyin → Motor Nöron → Tepki

MSS işlem hızını ve duyuşal ve motor sistemler arasındaki koordinasyonu değerlendirir. Reaksiyon süresi ölçümü, periferik ve merkezi yolları geçen duyuşal nöral koddaki gecikmeyi, algısal ve bilişsel işlemeyi ve hem merkezi hem de periferik nöronal yapıları geçen bir motor sinyali ve son olarak son efektör aktivasyonundaki gecikmeyi (yani kas aktivasyonu) içerir (Gandhi ve diğerleri, 2013).

Alan yazın taraması sonucu denge ve reaksiyon zamanı becerilerinde görsel ve işitsel algıların etkin rol oynadığı anlaşılmaktadır. Sporcular içinde önemli motorik becerilerden oldukları da dikkate alınarak benzer fizyolojik ve çevresel faktörleri barındıran denge ve reaksiyon zamanı parametreleri arasında

ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencileriyle araştırma yapılmıştır.

MATERYAL VE METOD

Araştırma Modeli

Araştırma nicel araştırma modellerinden, geçmişte ya da halen var olan bir olguyu, durumu ya da olayı o anki şartlar altında herhangi bir müdahalede bulunmadan betimlemek amacıyla betimsel tarama modelindedir (Karasar, 2020). Araştırma grubundan alınan ölçümler sadece o ana ait olup öncesinde ya da sonrasında herhangi bir uygulama ya da müdahalede bulunulmamıştır.

Araştırma Grubu

Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünden erkek ve 61 kadın olmak üzere toplam 130 gönüllü öğrenci ile yürütülmüştür. Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 2’de sunulmuştur.

Veri Toplama Araçları

Statik denge ölçümü, kronometre, 50 cm uzunluğunda, 4 cm yüksekliğinde ve 3 cm genişliğinde bir tahta kullanılarak flamingo denge testi ile yapıldı. Test sırasında katılımcı baskın olmayan ayağıyla tahta üzerinde dururken, diğer ayağını yerden kaldırarak aynı yöndeki eliyle dizini maksimum fleksiyonda tutması ve göz hizasında herhangi bir yere odaklanarak 1 dakikalık test süresi içinde, ayağını elinden bırakması veya vücudunun herhangi bir noktasının yere değmesi ile dengesi her bozulduğunda durdurulur, yeniden doğru pozisyona gelince süre devam eder. 1 dakika içinde yapılan hata sayısı puanlama olarak kaydedilir. Her katılımcıya 3 test yapılarak ortalama değer kaydedilmiştir (Suresh ve diğerleri, 2014).

Her katılımcının alt ekstremitte, supin pozisyonunda anterior superioriliaktan medial malleolün distal kısmına kadar çift yönlü ölçülerek santimetre cinsinden kaydedildi. Y denge testi, sabit zemin üzerine, iki açı 135°’er derece üçüncü açı 90 derece olacak şekilde Y şeklinin ortasında sporcu belirlenen tek ayak ile 3 yöne (anterior, posterolateral ve posteromedial) uzandığı mesafe santimetre cinsinden kaydedilir. Düşme, yere tam basma, diğer ayağın yere değmesi gibi protokol dışı hareketlerde test tekrarlanır. 3 yöne üçer deneme yaptırılmış ve ortalaması kaydedilmiştir. Alt ekstremitte uzunluğunun avantaj/dezavantajını kontrol altına almak için normalleştirme formülü kullanılmıştır (Fullam ve diğerleri, 2014).

Normalleştirme formülü: $[(\text{Anterior} + \text{Posteromedial} + \text{Posterolateral}) / 3 \times \text{Alt Ekstremitte uzunluğu}] \times 100$

Katılımcıların görsel ve işitsel tepki süreleri Newtest 1000 cihazı ile ölçülmüştür. Ölçümler baskın el ile yapılmıştır. Tepkime sürelerinin ölçümünde sessiz ve aydınlık bir ortamda ölçüm yapılmasına özen gösterilmiştir. Her katılımcının ses ve ışık uyaranlarına karşı 1 deneme ve daha sonra 3 ölçüm alındı. Ve ölçümler ortalaması milisaniye olarak kaydedildi (Zorba ve diğerleri, 2017).

Verilerin Analizi

Analiz öncesi uç değer analizi yapılmış ve uç değerlere rastlanılmamıştır. Araştırma grubuna ait demografik bilgilerin minimum maksimum ve aritmetik ortalama değerlerini tespit etmek için tanımlayıcı analiz yapılmıştır. Parametrik analizin uygunluk ve varsayımı Shapiro-Wilk testi ile normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir (Tablo1). Gruplar arası karşılaştırma için bağımsız örneklem T testi, değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Normallik Shapiro-Wilk Testi

Değişkenler	Erkek (n=69)			Kadın (n=61)		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Y denge	.984	69	.527	.990	61	.908
Flamingo	.970	69	.096	.969	61	.120
Görsel Reaksiyon	.984	69	.512	.962	61	.067
İşitsel Reaksiyon	.983	69	.470	.965	61	.074

Tablo 1'e göre veriler normal dağılım göstermektedir ($p>.05$).

Tablo 2. Katılımcıların Tanımlayıcı Analizi

Özellik	Erkek (n=69)			Kadın (n=61)		
	Min	Max	Ort±Sd	Min	Max	Ort±Sd
Yaş (yıl)	18.00	23.00	20.52±1.15	18.00	23.00	20.52±1.13
Boy (cm)	163.00	192.00	180.24±6.35	163.00	188.00	173.80±5.47
Vücut Ağırlığı (kg)	57.00	103.00	78.75±8.09	54.00	80.00	67.60±6.04

Tablo 2'ye göre 69 erkek ve 61 kadın öğrenci katılmıştır. Erkek katılımcıların yaş ortalamaları 20.52±1.15, boy ortalamaları 180.24±6.35, vücut ağırlığı ortalamaları 78.75±8.09 iken kadın katılımcıların yaş ortalamaları 20.52±1.13, boy ortalamaları 173.80±5.47, vücut ağırlığı ortalamaları 67.60±6.04 olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Cinsiyete Göre Değişkenler T Testi

Değişken	Cinsiyet	n	Ortalama	Ss	t	p
Y denge	Erkek	69	101.65	8.576	1.890	.061
	Kadın	61	98.70	9.209		
Flamingo	Erkek	69	5.39	1.954	.113	.910
	Kadın	61	5.36	1.866		
Görsel Reaksiyon	Erkek	69	251.34	34.784	-.255	.799
	Kadın	61	253.11	44.211		
İşitsel Reaksiyon	Erkek	69	213.37	24.785	-1.217	.226
	Kadın	61	219.59	33.207		

Tablo 3'e göre, kadın ve erkeklerde değişkenler arasında anlamlı farklılık yoktur ($p>.05$).

Tablo 4. Erkek Öğrencilerde Değişkenler Arası Korelasyon Analizi

Değişken	n	Korelasyon	Y denge	Flamingo	Görsel Reaksiyon	İşitsel Reaksiyon
Y denge	130	r	1			
		p				
Flamingo	130	r	.138	1		
		p	.260			
Görsel Reaksiyon	130	r	-.059	.133	1	
		p	.628	.276		
İşitsel Reaksiyon	130	r	-.022	.313*	.063	1
		p	.861	.009	.608	

* $p<.05$

Tablo 4'e göre, erkeklerde flamingo testi (statik denge) ile işitsel reaksiyon zamanı arasında pozitif yönlü orta derece anlamlı ilişki vardır ($p<.05$).

Tablo 5. Kadın Öğrencilerde Değişkenler Arası Korelasyon Analizi

Değişken	n	Korelasyon	Y denge	Flamingo	Görsel Reaksiyon	İşitsel Reaksiyon
Y denge	130	r p	1			
Flamingo	130	r p	.168 .195	1		
Görsel Reaksiyon	130	r p	-.177 .172	-.117 .368	1	
İşitsel Reaksiyon	130	r p	.164 .205	-.026 .843	.138 .288	1

Tablo 5'e göre kadınlarda değişkenler arasında anlamlı ilişki yoktur ($p > .05$).

Tablo 6. Tüm Katılımcılarda Değişkenler Arası Korelasyon Analizi

Değişken	n	Korelasyon	Y denge	Flamingo	Görsel Reaksiyon	İşitsel Reaksiyon
Y denge	130	r p	1			
Flamingo	130	r p	.151 .086	1		
Görsel Reaksiyon	130	r p	-.125 .156	.003 .970	1	
İşitsel Reaksiyon	130	r p	.052 .556	.065 .465	.146 .098	1

* $p < .05$

Tablo 6'ya göre cinsiyete bakılmaksızın tüm katılımcılarda değişkenler arasında ilişki yoktur ($p > .05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği öğrencilerinin statik ve dinamik denge değerleriyle basit reaksiyon zamanları arasındaki ilişkiyi ve cinsiyete göre farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan çalışma yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, statik denge, dinamik denge, görsel reaksiyon ve işitsel reaksiyon zamanı parametrelerinin cinsiyet faktörüne göre kadınlarda farklılık görülmezken, ($p > .05$, Tablo 3) erkeklerde farklılık görülmüştür ($p < .05$, Tablo 3). Kandemir (2018), Can ve Türkeri ve ark., (2019) sporcularda yaptıkları çalışmalarda denge ve reaksiyon zamanında cinsiyetler arasında farklılık görülmediğini bildirmişlerdir. Tsigilis ve ark., (2001) beden eğitimi ve spor bölümünden 38 kadın ve 16 erkek toplam 54 öğrenci ile yaptıkları çalışma sonucu denge ve reaksiyon zamanı arasında anlamlı ilişki tespit etmişlerdir. Sporcu ergen ve yetişkinlerde yapılan çalışmalarda literatürde cinsiyet faktörünün etkisi değişiklik gösterdiği (Schedler ve ark., 2019), ilerleyen yaşla birlikte denge ve reaksiyon becerilerinin zayıflamasıyla birlikte cinsiyet faktörü motor becerileri etkileyen değişkenlerden biri olarak değerlendirilebilir (Blomkvist ve ark., 2017; Bryant ve ark., 2005).

Araştırmamız diğer sonuçlarına göre ise erkeklerde statik denge ve işitsel reaksiyon zamanı arasında ilişki görülürken diğer değişkenler arası ilişki görülmemiştir (Tablo 4). Kadınlarda ise değişkenler arasında ilişki tespit edilmemiştir (Tablo 5). Tüm katılımcılar değerlendirildiğinde denge ve reaksiyon zamanları arasında ilişki görülmemiştir (Tablo 6). Vuillerme (2000), erkeklerde reaksiyon zamanı ve statik postüral kontrol arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmaları sonucu katılımcıların statik postüral denge koruma düzeyleriyle uyarılara verilen reaksiyon zamanları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Sedanter kadın üniversite öğrencilerine uygulanan 8 haftalık

denge antrenmanının görsel ve işitsel reaksiyon süresine etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılan araştırmaya göre, denge ve reaksiyon zamanı arasında ilişki olmadığı söylenebilir (Acar ve Genç, 2019). Ağaoğlu ve Ergin (2017), kadın ve erkek sporcularda dinamik denge ile görsel reaksiyon ve işitsel reaksiyon zamanları arasında ilişki olmadığını belirtmişlerdir. Karakaş (2012), 18-22 yaş arası 200 erkek üniversite öğrencisiyle yapılan çalışma sonucu denge ve reaksiyon zamanı arasında ilişki tespit edilmemiştir. Bu bulguların aksine alan yazında denge ve reaksiyon zamanı arasında ilişki olduğunu bildiren çalışmalar da mevcuttur (Jehu ve ark., 2015; Williams, 2003; Trecroci ve ark., 2021).

Çalışmamız sonucunda beden eğitimi ve spor öğretmenliği öğrencilerinin denge ve reaksiyon zamanları arasında kadınlarda anlamlı ilişki bulunmamasına rağmen erkeklerde anlamlı ilişki görülmesi ve kısmen literatürce desteklenmesine rağmen tersine bulguların da literatürde var olması konu ile ilgili daha kapsamlı çalışmalar yapılması gerektiğini düşündürmektedir. Sonraki araştırmalar için çalışma ve literatür taraması sonucu, sporcuların cinsiyet, farklı yaş kategorileri ve spor geçmişleri dikkate alınarak, denge ve reaksiyon konusunda müdahaleler yapılarak motorik beceriler arası ilişkilerin değerlendirilmesi önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Acar, H. & Genç, A. (2019). The Effect of Static Balance Exercises on Reaction Time in Sedentary Female Students. *Journal of Education and Training Studies*, 7(4), 166-170.
- Ağaoğlu, S. A. & Ergin, R. (2017). Analysis of agility, reaction time and balance variables at badminton players aged 9-14 years. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS*, 3(4), 109-119.
- Blomkvist, A. W., Eika, F., Rahbek, M. T., Eikhof, K. D., Hansen, M. D., Søndergaard, M. & Jørgensen, M. G. (2017). Reference data on reaction time and aging using the Nintendo Wii Balance Board: A cross-sectional study of 354 subjects from 20 to 99 years of age. *PLoS One*, 12(12), e0189598.
- Bryant, E. C., Trew, M. E., Bruce, A. M., Kuisma, R. M. E. & Smith, A. W. (2005). Gender differences in balance performance at the time of retirement. *Clinical Biomechanics*, 20(3), 330-335.
- Cristina-Elena, M. & Liliana-Elisabeta, R. (2014). Aspects regarding the level of coordination abilities in both athletes and non-athletes. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 117, 162-166.
- Day, B. L. & Fitzpatrick, R. C. (2005). The vestibular system. *Current Biology*, 15(15), R583-R586.
- Fullam, K., Caulfield, B., Coughlan, G. F. & Delahunt, E. (2014). Kinematic analysis of selected reach directions of the Star Excursion Balance Test compared with the Y-Balance Test. *Journal of Sport Rehabilitation*, 23(1), 27-35.
- Gandhi, P. H., Gokhale, P. A., Mehta, H. B. & Shah, C. J. (2013). A comparative study of simple auditory reaction time in blind (congenitally) and sighted subjects. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 35(3), 273-277.
- Grace Gaerlan, M., Alpert, P. T., Cross, C., Louis, M. & Kowalski, S. (2012). Postural balance in young adults: the role of visual, vestibular and somatosensory systems. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 24(6), 375-381.
- Günay M., Şıktar E. & Şıktar E. (2019). Antrenman Bilimi (2. Baskı). Gazi Kitabevi, 380.
- Jehu, D. A., Desponts, A., Paquet, N. & Lajoie, Y. (2015). Prioritizing attention on a reaction time task improves postural control and reaction time. *International Journal of Neuroscience*, 125(2), 100-106.
- Kandemir, C. (2018). İleri düzey badmintoncularda mental rotasyon, reaksiyon zamanı ve dinamik denge testleri başarı düzeylerinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Karakaş, F. (2012). Çoklu reaksiyon zamanı ile izokinetik denge arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi. Samsun).
- Karasar, N. (2020). Bilimsel Araştırma Yöntemi (35. Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık. 108-111.
- Kuan, Y. M., Zuhairi, N. A., Manan, F. A., Knight, V. F. & Omar, R. (2018). Visual reaction time and visual anticipation time between athletes and non-athletes. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 1, 135-141.
- Lloyd, R. S., Moeskops, S., & Granacher, U. (2019). Motor skill training for young athletes. In *Strength and Conditioning for Young Athletes* (pp. 103-130). Routledge.

- Schedler, S., Kiss, R. & Muehlbauer, T. (2019). Age and sex differences in human balance performance from 6-18 years of age: a systematic review and meta-analysis. *PLoS one*, 14(4), e0214434.
- Suresh, I., Kumar, A. V., Bharath, R. G., Raja, R., Ravish, V. N., Hari, K. R. & Rajeeva, A. (2014). Evaluation of effectiveness of balance training in conventional prosthesis versus ultramodern prosthesis in unilateral transtibial amputee by using Flamingo balance test. *Journal of Evolution of Medical and Dental Sciences*, 3(35), 9207-9216.
- Trecroci, A., Duca, M., Cavaggioni, L., Rossi, A., Scurati, R., Longo, S. & Formenti, D. (2021). Relationship between cognitive functions and sport-specific physical performance in youth volleyball players. *Brain Sciences*, 11(2), 227.
- Tsigilis, N., Zachopoulou, E. & Mavridis, T. H. (2001). Evaluation of the specificity of selected dynamic balance tests. *Perceptual and Motor Skills*, 92(3), 827-833.
- Türkeri, C., Öztürk, B., Büyüktaş, B. & Öztürk, D. (2019). Farklı branşlardaki sporcuların statik denge, alt-üst ekstremitte dinamik denge ve reaksiyon zamanlarının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(4), 480-490.
- Vuillerme, N., Nougier, V. & Teasdale, N. (2000). Effects of a reaction time task on postural control in humans. *Neuroscience Letters*, 291(2), 77-80.
- Williams, T. (2003). Perceptual-Motor Contributions to Static and Dynamic Balance Control in Children,. *Pediatric Physical Therapy*, 15(2), 135-137 doi: 10.1097/01.PEP.0000072447.53166.9D
- Zorba, E., Yaman, M., Er, F., Suveren, C., Sever, O., Bayrakdar, A. & Gönülateş, S. (2017). Examination of reaction time and balance relation in children between the ages 9-13. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 6(2), 32-39.



Spor Genel Müdürlüğü Merkez Örgütünde Uygulanan Yönetim Biçimlerinin Belirlenmesi

“Determination of The Management Styles the General Directorote of Sport in the Central Organization”

Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN¹ & İbrahim Fatih YENEL²

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 22 Temmuz 2022

Kabul Tarihi: 25 Ağustos 2022

Online Yayın Tarihi: 31 Aralık 2022

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliar.33>

Yazarlarla İletişim

1- (Sorumlu Yazar), Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü, Erzincan, Türkiye.

yacmak@erzincan.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0001-7131-4259>

2- Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü, Ankara, Türkiye

yfenel@gazi.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0001-9480-2087>

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 raporlandığını ve herhangi bir tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

Ek Bilgi

Bu makale, 2012 yılında “Spor Genel Müdürlüğü Merkez Örgütünde Uygulanan Yönetim Biçimlerinin Belirlenmesi” isimli doktora tezinin bir bölümünden oluşturulmuştur.

Referans Gösterimi

Çakmak Yıldızhan, Y. (2022). Determination of The Management Styles the General Directorote of Sport in the Central Organization, *Anatolia Sport Research*, 3(3):16-27.

Copyright © 2022 by Anatolia Sport Research

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada; Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütünde görev yapan yöneticilerin ve yönetici olmayan personelin, yönetim anlayış ve biçimlerine ilişkin algı düzeyleri, bu düzeylerin cinsiyet, eğitim düzeyi ve hizmet süresi değişkenlerine göre farklılaşp farklılaşmadığı ve yöneticilerin ve yönetici olmayan personelin yönetim biçimi algılarının karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Materyal ve Metod: Araştırmanın evrenini, Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütünde görev yapan 900'e yakın yönetici ve yönetici olmayan personel oluşturmaktadır. Bu çalışmanın örneklemini ise, Random yöntemle belirlenmiş ve çalışmaya gönüllü olarak katılan 355 (66 yönetici, 289 yönetici olmayan personel) kişi oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri; katılımcıların demografik bilgileri (cinsiyet, eğitim durumu hizmet süresi) ve yönetim biçimi algıları (Yönetim Biçimi Ölçeği) şeklindedir. “Yönetim Biçimi Ölçeği” Çakmak Yıldızhan ve Yenel (2011) tarafından geliştirilmiştir. Verilerin çözümlenmesine betimsel analiz, tek faktörlü ANOVA kullanılmıştır.

Bulgular: Analiz sonucunda; yöneticilerin yönetim biçimi algıları ile cinsiyet, eğitim durumu ve hizmet süresi değişkenlerinin anlamlı bir etki oluşturmadığı, yönetici olmayan personelin ise yönetim biçimi algıları ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık oluşmazken, eğitim durumu ve hizmet süresi değişkenleri ile anlamlı bir farklılık oluşturduğu belirlenmiştir. Ayrıca yöneticilerin ve yönetici olmayan personelin algılarına göre, Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütünde yetkeci ve başıboş yönetim anlayışının uygulanmadığı, koruyucu, destekçi ve birliktir bir yönetim anlayışının uygulandığı, her iki grubun da bu yönetim biçimlerini aynı şekilde algıladıkları ve yöneticilerin uyguladıklarıyla yönetici olmayan personelin uyguladığını düşündüğü yönetim biçimlerinin birbiriyle paralellik gösterdiği görülmüştür.

Sonuç: Bu noktadan hareketle de Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütünde yarı demokratik ve demokratik bir yönetim anlayışının olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor Genel Müdürlüğü, Spor Yönetimi, Yönetim Biçimleri

ABSTRACT

Aim: In this research, it was aimed to investigate to compare the perception levels of the administrator and other staffs' perceptions working in the central organization of the General Directory of Sports Connected to the Ministry of Youth and Sport, regarding the management understanding and styles, whether these levels demonstrate differences or not in terms of the education level, length of service and gender variables and the perceptions of the management style of the managers and non-managerial personnel.

Material and Method: The target population of this study was approximately 900 personnel including administrators and other personnel. The sample of this study was determined through Random method. The sample group was 355 personnel who voluntarily attended the study (66 administrators and 289 other personnel). The data of the research; demographic information were (gender, education level, length of service) and management style perceptions (Management Style Scale). The “Management Style Scale” was developed by Çakmak Yıldızhan and Yenel (2011). The analysis of the data was descriptive analysis and one-factor ANOVA.

Results: As a result of the study; It was determined that the managers' perceptions of management style and the variables of gender, education status and length of service did not have a significant effect. As a result of the study; managers' perceptions of management style and variables of gender, educational status and length of service did not have a significant effect, on the other hand, while there was no significant difference between the management style perceptions of the non-managerial personnel and gender, it was determined that there was a significant difference with the variables of education status and length of service. In addition, considering the administrator and other staffs' perceptions, it was reported that the protective, supportive and unionist management mentality rather than the authoritarian and laissez-faire management mentality was performed in Control Committee of the General Directory of Sport. It was also found that both groups perceived these styles in the same way and there was a parallel between the administrators' practices and styles which were performed in the Control Committee of the General Directory of Sports and Youths according to other personnel.

Conclusions: From this point of view, it can be said that there are semi-democratic and democratic management mentalities in the Control Committee of the General Directory of Sports.

Keywords: Management Styles, Sports Administration, the Control Committee of the General Directory of Sports.

GİRİŞ

Her alanda yaşanan hızlı değişimler, örgütleri de çeşitli şekilde etkilemiş, küreselleşme, rekabet, teknolojisindeki gelişmeler ve bireyin bir rekabet ögesi gibi algılanması günümüz iş dünyasına yön verirken, örgütlerin de sürekli olarak kendilerini yenilemelerini zorunlu kılmıştır. Gerçekleşen değişim düzeni, örgütlerin hayati sistemleri olan üretim ve hizmeti etkilemekte ve örgütlerin hareketli ve değişken özellikler kazanmasını kaçınılmaz kılmıştır. Nitekim günümüzde, örgütlerin bu zorlu değişim karşısında hayatta kalabilmeleri ve kendilerini sürekli yeniliğe açık tutmaları kendi değişimleri ve gelişmeleriyle mümkündür (Peker ve Aytürk, 2000).

Bu hızlı değişimler ve gelişmeler toplumun ayrılmaz bir parçası olan spor olgusunda da meydana gelmiştir. Çağdaş ve sağlıklı yaşamın vazgeçilmez ögesi olan spor, günümüzde bir bilim ve endüstri dalı haline gelmiş ve toplumların refah ve kültür düzeylerinin bir göstergesi olmuştur (İmamoğlu, 1992). Sosyal bir kurum olan spor, insanların ulusal kaynaşmalarını sağladığı kadar, ülkeler arasında da ulusların kaynaşmalarını sağlamada önemli görevler üstlenmiştir.

Spor olgusunun bu denli önemli olmasına rağmen Türkiye’de sporun istenen seviyede olmadığı sürekli olarak tartışılmakta ve bunun sebebinin ise sporun yönetilme sorununa bağlı olduğu belirtilmektedir. Bu yönetsel sorunların ortadan kalması için ise çağdaş bir yönetim anlayışının gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Çağdaş bir yönetim anlayışı da örgütlerde uygulanan yönetim biçimiyle sağlanmaktadır. Unutulmamalıdır ki, örgütlerin etkililiği ve verimliliği iş görenlerin ortak amaçlara doğru gösterdikleri çabalarının ürünüdür ve iş görenleri ortak amaçlara yönlendirmek ise yöneticinin görevidir. Yöneticinin başarısı, iş görenleri güdümesi ve iş görenlerin işten doyum sağlamasıyla ilgilidir, bu ise büyük ölçüde yöneticinin yönetim biçimine bağlıdır.

Her örgütün bir yönetim biçimi vardır ve örgütlerle değişik yönetim biçimleri uygulanmaktadır. Yönetim biçimlerinin böyle farklı olması ise örgütün amaçları ve yöneticinin yönetim anlayışıyla ilgilidir. Bir örgütte en üst kademededen en alt kademeye görev yapan yöneticilerin yönetme fikir ve bakış açılarına göre yönetim biçimleri de ayrılık göstermektedir. Bu ayrılığın bir tarafı yöneticilerken diğer tarafını çalışanlardır (Başaran, 1982).

Kısacası toplumsal gereksinmelerin belirli bir kısmını karşılamak amacıyla kurulmuş olan örgütler, amaçlarını gerçekleştirmek için örgüte emek veren çalışanlardan istenilen nitelikte ve nicelikte ürün ve hizmet elde etmek istemektedirler.

Günümüz spor örgütlerinin başarılı olabilmesi ise, devamlı olarak kendini yenilemesine değişen şartlara ayak uydurabilmesine ve bu örgütleri yönetecek olan spor yöneticilerinin liyakat ve niteliklerine bağlıdır. Spor örgütlerinin amaçlarına ulaşabilmesi, etkili ve verimli olabilmesi, başta spor yöneticilerinin becerileriyle, sorun çözme ve yönetsel karar alma davranışlarıyla ilintilidir.

Türkiye’de sporun yönetilme ve örgütlenme sorunlarının önemle ele alınması, araştırılması ve spor örgütlerinin amaçlarına uygun görev yapabilir hale getirilmesi son derece önemlidir. Bu nedenle, Türk sporunu ulusal ve uluslararası alanda en iyi şekilde temsil etmekle görevli olan spor örgütlerinin yöneticilerinin ve çalışanlarının performansı ve yönetim anlayışı önem arz etmektedir. Çünkü örgütlerin başarısı başta yöneticilerin ve çalışanların yönetim anlayışı ve verimliliğine bağlıdır. Bu noktadan hareketle Türk spor örgütlerinin yöneticilerinin uygulamada gösterecekleri yönetsel davranış ve anlayışları Türk sporunun gelişimini ve önemini etkileyecektir. Bu araştırmanın amacı, Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütünde görev yapan yöneticilerin uygulamakta olduğu yönetim anlayış ve biçimlerine ilişkin kendi algıları ile yönetici olmayan personelin algılarını belirlemektir.

Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

✓ Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütünde görev yapan yöneticilerin kendi yönetim biçimlerine ilişkin algıları, cinsiyetlerine, eğitim durumlarına ve mesleki kıdemlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

✓ Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütünde görev yapan yönetici olmayan personelin yönetim biçimlerine ilişkin algıları, cinsiyetlerine, eğitim durumlarına ve mesleki kıdemlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

✓ Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütünde görev yapan yöneticilerin göstermiş oldukları yönetim biçimlerine ilişkin kendi algıları ile yönetici olmayan personelin algıları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

MATERYAL VE METOD

Araştırma Modeli

Bu çalışmada var olan bir durumu betimlemek, değişkenler arasındaki ilişkileri tanımlamak ve bu ilişkilerin nedenlerini açıklamak için nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır. Nicel araştırmalarda değişkenler arasındaki ilişkileri tanımlamak için sayısal veriler kullanılır (Büyüköztürk, 2011; Karasar, 2015).

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütünde görev yapan 900'e yakın yönetici ve yönetici olmayan personel oluşturmaktadır. Bunlardan 150'ye yakını yönetici statüsünde çalışmaktadır. Yönetici olarak Daire Başkanı, Şube Müdürü ve şef statüsünde çalışan kişiler kabul edilmiştir. Yönetici olmayan personeli ise, spor uzmanı, spor eğitim uzmanı, memur ve 90 diğerleri (spor kontrolörü, sağlık ve bilgi işlem personeli) oluşturmaktadır. Bu çalışmanın örneklemini ise, Random yöntemiyle belirlenmiş ve çalışmaya gönüllü olarak katılan 355 kişi oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların demografik özellikleri (öğrenim gördükleri bölüm, sınıf düzeyi, cinsiyet) ve yönetim biçimi algıları şeklinde iki farklı veri toplanmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek için araştırmacılar tarafından bir form hazırlanmıştır. Katılımcıların yönetim biçimi algılarına ait veriler Çakmak Yıldızhan ve Yenel (2011) tarafından geliştirilen geçerlik-güvenirlik çalışmaları yapılmış olan 7'li Likert tipindeki "Yönetim Biçimi Ölçeği" kullanılarak toplanmıştır. Yönetim Biçimi Ölçeği yetkeci, koruyucu, destekçi, birlikçi ve başıboş şeklinde beş alt boyut altında toplam 42 maddeden oluşmaktadır. Envanterin tümü için Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı yönetici ölçeğinde .88, çalışanlar ölçeğinde .89 olarak hesaplanmıştır. Bu değerler .70'in üzerinde olduğundan ölçekten elde edilen veriler güvenilir ve analizlerin raporlaştırılması için uygun (Lance, Butts & Michels, 2006) olarak değerlendirilmiştir.

Hazırlanan form ve Yönetim Biçimi Ölçeği tek bir ölçme aracında birleştirilmiş ve Gençlik ve Spor Bakanlığı'ndan gerekli izinler alınarak katılımcılara çalışma ortamında doldurmaları üzere araştırmacı tarafından sunulmuştur. Cevaplamayı kabul eden toplam 450 yönetici ve personele ölçme aracını dağıtılmıştır. Dağıtılan ölçme araçlarından 386'sı geri dönmüş ve ölçme araçları üzerinde yapılan incelemede sonucu 31 ölçme aracı değerlendirilmeye alınmamıştır. Böylece 66'sı yönetici ve 289'i yönetici olmayan personel olmak üzere toplam 355 personelden toplanan ölçme aracı değerlendirilmeye alınmıştır. Veriler bilgisayara aktarılarak analize hazır hale getirilmiştir.

Verilerin Analizi

Bu araştırmada elde edilen verilerin çözümlenmesinde aritmetik ortalama, yüzde, standart sapma testleri, t testi kullanılmıştır. Ayrıca alt problemlerle ilgili olarak katılımcıların yönetim biçimi algıları cinsiyet, eğitim durumu, hizmet süresi değişkenlerine göre karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi yöntemi kullanılmıştır. Analiz sonucunda bulunan farklılıkların kaynaklarının belirlenmesi amacıyla varyansların homojen olması ve gruplardaki katılımcı sayılarının eşit olmaması durumunda kullanılan Scheffe testi tercih edilmiştir (Kayri, 2009).

BULGULAR

Bu bölümde Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütünde çalışan yönetici ve yönetici olmayan personele ait kişisel bilgiler, kişisel özelliklerin algılanan yönetim biçimlerine etkileri ve yöneticilerin ve yönetici olmayan personelin yönetim biçimi algılarının karşılaştırılmasıyla ilgili bulgular yer almaktadır.

Tablo 1. Yönetici ve Yönetici Olmayan Personelin cinsiyet yaş, eğitim durum ve hizmet süresine göre dağılımı

	Grup	Yönetici		Yönetici Olmayan Personel	
		(n)	(%)	(n)	(%)
Cinsiyet	Kadın	23	34.8	135	46.7
	Erkek	43	65.2	154	53.5
Yaş	20-25	-	-	33	11.4
	26-30	-	-	74	25.6
	31-35	8	12.1	60	20.8
	36-40	14	21.2	36	12.5
	41-45	23	34.8	37	12.8
	46 ve üzeri	21	31.8	49	17.0
	Eğitim Durumu	Ortaöğretim	3	4.5	57
Üniversite (lisans)		56	84.8	201	69.6
Lisansüstü		7	10.6	31	10.7
Hizmet Süresi	0-5 yıl	-	-	156	54.0
	6-10 yıl	15	22.7	41	14.2
	11-15 yıl	14	21.2	39	13.5
	16-20 yıl	16	24.2	13	4.5
	21 yıl ve üzeri	21	31.8	40	13.8

Tablo 1’de yöneticilerin; %34,8’inin kadın %65,2’sinin erkek, 66,6’sının 41 yaş ve üzeri olduğu, %84,8’inin üniversite mezunu olduğu ve %56’sının 16 yıl ve üzeri hizmet süresine sahip olduğu, yönetici olmayan personelin; %46,7’sinin kadın %53,5’inin erkek, %46,4’ünün 26-35 yaş aralığında olduğu, %69,6’sının üniversite mezunu olduğu ve %54’ünün 0-5 yıl aralığında hizmet süresine sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Yönetici ve Yönetici Olmayan Personelin Yönetim Biçimi Ölçeğinin Puan Ortalaması

Ölçek	Alt boyut	Yönetici			Yönetici Olmayan Personel		
		n	\bar{X}	Ss	n	\bar{X}	Ss
Yönetim Biçimi	Yetkeci	66	3.26	1.10	289	3.15	0.98
	Koruyucu	66	5.41	1.08	289	5.63	1.01
	Destekçi	66	5.91	1.17	289	6.01	1.13
	Birlikçi	66	5.23	1.11	289	5.56	0.98
	Başboş	66	3.13	1.21	289	2.87	1.05

Tablo 2’de yöneticilerin yönetim biçimlerine ilişkin görüşleri incelendiğinde; Yöneticilerin yönetim biçimi alt boyutlarından alınabilecek en düşük (1) ve en yüksek (7) puanlar dikkate alındığında yöneticilerin algıladığı yetkeci (3,26±1,10) ve başıboş (3,13±1,21) yönetim biçimlerine ilişkin puan ortalamalarının “katılmıyorum” düzeyinde; koruyucu (5,41±1,08) ve destekçi (5,91±1,17) yönetim biçimlerine ilişkin puan ortalamalarının “çoğunlukla katılıyorum”, birlikçi (5,23±1,11) yönetim biçimi puan ortalamalarının “katılıyorum” düzeyinde olduğu tespit edilmiştir. Yöneticilerin örgütlerinde koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçimi anlayışını benimsedikleri, yetkeci ve başıboş yönetim biçimi anlayışını daha az benimsemedikleri görülmektedir.

Tablo 2’de yönetici olmayan personelin yöneticilerin yönetim biçimlerine ilişkin görüşleri incelendiğinde; yetkeci (3,15±0,98) ve başıboş (2,87±1,05) yönetim biçimlerine ilişkin puan ortalamalarının “katılmıyorum” düzeyinde; koruyucu (5,63±1,01), destekçi (6,01±1,13) ve birlikçi (5,56±0,98) yönetim biçimlerine ilişkin puan ortalamalarının “çoğunlukla katılıyorum” düzeyinde olduğu tespit edilmiştir. Yönetici olmayan personelin, örgütlerinde başıboş ve yetkeci yönetim biçiminin uygulanmadığını, koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçimlerinin uygulandığını belirttikleri görülmektedir.

Tablo 3. Cinsiyet Değişkenine Göre Yöneticilerin Yönetim Biçimi Algılarının Karşılaştırılması

Yönetim Biçimi	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	SD	P
Yetkeci	Kadın	23	3.01	1.11	-1.375	64	0.17
	Erkek	43	3.40	1.08			
Koruyucu	Kadın	23	5.36	1.11	-0.278	64	0.78
	Erkek	43	5.43	1.08			
Destekçi	Kadın	23	5.97	0.96	0.287	64	0.78
	Erkek	43	5.88	1.28			
Birlikçi	Kadın	23	5.39	1.08	0.890	64	0.38
	Erkek	43	5.14	1.12			
Başboş	Kadın	23	3.09	1.22	-0.228	64	0.82
	Erkek	43	3.16	1.22			

Tablo 3’te yönetim biçimine ilişkin yönetici görüşlerinin cinsiyete göre dağılımları incelendiğinde; erkek yöneticilerin yetkeci yönetim biçimi puan ortalamasının (3,40±1,08) kadın yöneticilerin puan ortalamasından (3,01±1,11) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($t=-1,375$, $p>0,05$); erkek yöneticilerin koruyucu yönetim biçimi puan ortalamasının (5,43±1,08) kadın yöneticilerin puan ortalamasından (5,36±1,11) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($t=-0,278$, $p>0,05$); kadın yöneticilerin destekçi yönetim biçimi puan ortalamasının (5,97±0,96) erkek yöneticilerin puan ortalamasından (5,88±1,28) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($t=0,287$, $p>0,05$); kadın yöneticilerin birlikçi yönetim biçimi puan ortalamasının (5,39±1,08) erkek yöneticilerin puan ortalamasından (5,14±1,12) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($t=0,890$, $p>0,05$); erkek yöneticilerin başıboş yönetim biçimi puan ortalamasının (3,16±1,22) kadın yöneticilerin puan ortalamasından (3,09±1,22) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($t=-0,228$, $p>0,05$) tespit edilmiştir. Her ne kadar aradaki farkın anlamlı olmamasına rağmen kadın yöneticilerin daha çok destekçi ve birlikçi yönetim biçimi algılarının daha yüksek, erkek yöneticilerin ise yetkeci, koruyucu ve başıboş yönetim biçim algıları daha yüksek bulunduğu görülmektedir.

Tablo 4. Cinsiyet Değişkenine Göre Yönetici Olmayan Personelin Yönetim Biçimi Algılarının Karşılaştırılması

Yönetim Biçimi	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	SD	p
Yetkeci	Kadın	135	3.09	1.02	-0.923	287	0.36
	Erkek	154	3.20	0.95			
Koruyucu	Kadın	135	5.63	0.91	0.057	287	0.96
	Erkek	154	5.62	1.10			
Destekçi	Kadın	135	6.03	1.03	0.257	287	0.80

	Erkek	154	6.00	1.22			
Birlikçi	Kadın	135	5.60	0.91	0.574	287	0.57
	Erkek	154	5.53	1.05			
Başboş	Kadın	135	2.90	0.97	0.489	287	0.63
	Erkek	154	2.84	1.12			

Tablo 4’te yönetim biçimine ilişkin yönetici olmayan personel görüşlerinin cinsiyete göre dağılımları incelendiğinde; erkek personelin yetkeli yönetim biçimi puan ortalamasının (3,20±0,95) kadın personelin puan ortalamasından (3,09±1,02) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı (t=-0,923, p>0,05); kadın personelin koruyucu yönetim biçimi puan ortalamasının (5,63±0,91) erkek personelin puan ortalamasından (5,62±1,10) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı (t=0,057, p>0,05); kadın personelin destekçi yönetim biçimi puan ortalamasının (6,03±1,03) erkek personelin puan ortalamasından (6,00±1,22) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı (t=0,257, p>0,05); kadın personelin birlikçi yönetim biçimi puan ortalamasının (5,60±0,91) erkek personelin puan ortalamasından (5,53±1,05) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı (t=0,574, p>0,05); kadın personelin başboş yönetim biçimi puan ortalamasının (2,90±0,97) erkek personelin puan ortalamasından (2,84±1,12) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı (t=0,489, p>0,05) tespit edilmiştir.

Tablo 5. Eğitim Durumuna Göre Yöneticilerin Yönetim Biçimi Algılarının Karşılaştırılması

Yönetim Biçimi	Eğitim Durumu	n	\bar{X}	Ss	F	p
Yetkeli	Ortaöğretim (A)	3	3.96	1.26	0.948	0.39
	Lisans (B)	56	3.19	1.07		
	Lisansüstü (C)	7	3.54	1.31		
Koruyucu	Ortaöğretim (A)	3	5.33	1.60	0.008	0.99
	Lisans (B)	56	5.41	1.06		
	Lisansüstü (C)	7	5.43	1.23		
Destekçi	Ortaöğretim (A)	3	5.63	1.80	0.450	0.64
	Lisans (B)	56	5.97	1.11		
	Lisansüstü (C)	7	5.57	1.49		
Birlikçi	Ortaöğretim (A)	3	4.42	1.28	0.845	0.43
	Lisans (B)	56	5.27	1.07		
	Lisansüstü (C)	7	5.21	1.38		
Başboş	Ortaöğretim (A)	3	3.11	0.98	0.707	0.50
	Lisans (B)	56	3.20	1.25		
	Lisansüstü (C)	7	2.62	0.97		

*p<.05

Tablo 5’de yöneticilerin yönetim biçimi algıları eğitim durumuna göre incelendiğinde, yönetim biçimi alt boyutlarından yetkeli (F=0,948 p>.05), koruyucu (F=.0,008, p>.05), destekçi (F=0,0450 p>.05), birlikçi (F=0,845 p>.05) ve başboş (F=0,707 p>.05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 6. Eğitim Durumuna Göre Yönetici Olmayan Personelin Yönetim Biçimi Algılarının Karşılaştırılması

Yönetim Biçimi	Eğitim Durumu	n	\bar{X}	Ss	F	p	Scheffe
Yetkeli	Ortaöğretim (A)	57	3.27	0.99	0.545	0.58	-
	Lisans (B)	201	3.12	0.98			
	Lisansüstü (C)	31	3.08	1.04			
Koruyucu	Ortaöğretim (A)	57	5.16	1.22	8.054	0.00*	A-B A-C
	Lisans (B)	201	5.73	0.89			
	Lisansüstü (C)	31	5.81	1.09			
Destekçi	Ortaöğretim (A)	57	5.50	1.39	7.781	0.00*	A-B A-C
	Lisans (B)	201	6.14	0.96			
	Lisansüstü (C)	31	6.17	1.36			
Birlikçi	Ortaöğretim (A)	57	5.36	1.14	2.452	0.09	
	Lisans (B)	201	5.58	0.92			

	Lisansüstü (C)	31	5.83	1.02			
	Ortaöğretim (A)	57	3.24	1.14			
Başboş	Lisans (B)	201	2.77	0.99	4.570	0.01*	A-B
	Lisansüstü (C)	31	2.84	1.15			

*p<.05

Tablo 6’da yönetici olmayan personelin yönetim biçimi algıları eğitim durumuna göre incelendiğinde, yönetim biçimi alt boyutlarından yetkeci (F=0,545 p>.05) ve birlikçi (F=2,452 p>.05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı, koruyucu (F=.8,054, p<.05), destekçi (F=7,781, p<.05) ve başboş (F=4,570, p<.05) alt boyutlarında anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Post-Hoc Çoklu karşılaştırma testi “Scheffe” sonucunda ortaöğretim öğrenimi gören personelin koruyucu ve destekçi yönetim biçimi puan ortalamalarının, lisans ve lisansüstü öğrenimi gören personelden anlamlı düzeyde daha düşük olduğu, ortaöğretim öğrenimi gören personelin başboş yönetim biçimi puan ortalamasının ise lisans eğitimi gören personelden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yönetici olmayan personelin öğrenim durumu yükseldikçe koruyucu ve destekçi yönetim biçimi algılarının yükseldiği, başboş yönetim biçimi algılarının ise azaldığı görülmektedir.

Tablo 7. Hizmet Süresine Göre Yöneticilerin Yönetim Biçimi Algılarının Karşılaştırılması

Yönetim Biçimi	Kurumdaki Hizmet Süresi	n	\bar{X}	Ss	F	p
Yetkeci	6-10 yıl (A)	15	3.09	1.02	1.528	0.22
	11-15 yıl (B)	14	2.82	1.07		
	16-20 yıl (C)	16	3.56	1.24		
	21 yıl ve üzeri (D)	21	3.46	1.02		
Koruyucu	6-10 yıl (A)	15	5.23	1.63	0.240	0.87
	11-15 yıl (B)	14	5.40	0.92		
	16-20 yıl (C)	16	5.57	1.05		
	21 yıl ve üzeri (D)	21	5.41	0.72		
Destekçi	6-10 yıl (A)	15	5.73	1.55	0.385	0.76
	11-15 yıl (B)	14	6.17	0.92		
	16-20 yıl (C)	16	5.81	1.13		
	21 yıl ve üzeri (D)	21	5.95	1.09		
Birlikçi	6-10 yıl (A)	15	4.81	1.51	1.047	0.38
	11-15 yıl (B)	14	5.46	0.91		
	16-20 yıl (C)	16	5.40	1.11		
	21 yıl ve üzeri (D)	21	5.24	0.85		
Başboş	6-10 yıl (A)	15	3.34	1.40	0.275	0.84
	11-15 yıl (B)	14	3.17	1.45		
	16-20 yıl (C)	16	2.95	1.19		
	21 yıl ve üzeri (D)	21	3.10	0.96		

*p<.05

Tablo 7’de yöneticilerin yönetim biçimi algıları hizmet süresine göre incelendiğinde, yönetim biçimi alt boyutlarından yetkeci (F=1,528 p>.05), koruyucu (F=.0,240 p>.05), destekçi (F=0,385 p>.05), birlikçi (F=1,047 p>.05) ve başboş (F=0,275 p>.05) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 8. Hizmet Süresine Göre Yönetici Olmayan Personelin Yönetim Biçimi Algılarının Karşılaştırılması

Yönetim Biçimi	Kurumdaki Hizmet Süresi	n	\bar{X}	Ss	F	P	Scheffe
Yetkeci	1-5 yıl (A)	156	3.19	0.97	2.051	0.09	
	6-10 yıl (B)	41	2.93	1.12			
	11-15 yıl (C)	39	2.94	1.12			
	16-20 yıl (D)	13	2.97	0.56			
	21 yıl ve üzeri (E)	40	3.45	0.79			
Koruyucu	1-5 yıl (A)	156	5.72	0.85	3.925	0.00*	A-E
	6-10 yıl (B)	41	5.94	0.94			
	11-15 yıl (C)	39	5.34	1.30			
	16-20 yıl (D)	13	5.66	0.86			
	21 yıl ve üzeri (E)	40	5.21	1.20			
Destekçi	1-5 yıl (A)	156	6.15	0.92	4.698	0.00*	A-E

	6-10 yıl (B)	41	6.33	0.84				B-E
	11-15 yıl (C)	39	5.76	1.59				
	16-20 yıl (D)	13	5.91	1.02				
	21 yıl ve üzeri (E)	40	5.44	1.42				
Birlikçi	1-5 yıl (A)	156	5.65	0.83	3.567	0.01*		A-E
	6-10 yıl (B)	41	5.81	0.99				
	11-15 yıl (C)	39	5.35	1.28				
	16-20 yıl (D)	13	5.69	0.67				
	21 yıl ve üzeri (E)	40	5.13	1.15				
Başboş	1-5 yıl (A)	156	2.63	0.99	7.055	0.00*		A-C
	6-10 yıl (B)	41	2.87	1.01				
	11-15 yıl (C)	39	3.14	1.01				
	16-20 yıl (D)	13	2.96	0.92				
	21 yıl ve üzeri (E)	40	3.52	1.11				

*p<.05

Tablo 8’de yönetici olmayan personelin yönetim biçimi algıları hizmet süresine göre incelendiğinde, yönetim biçimi alt boyutlarından yetkeci ($F=2,051$ $p>.05$) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı, koruyucu ($F=3,925$, $p<.05$), destekçi ($F=4,698$, $p<.05$), birlikçi ($F=3,567$, $p<.05$), ve başboş ($F=7,055$, $p<.05$) alt boyutlarında anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Post-Hoc Çoklu karşılaştırma testi “Scheffe” sonucunda 1-10 yıl çalışan personelin koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçimi puan ortalamalarının, 21 yıl ve üzeri çalışan personelden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, 1-5 yıl çalışan personelin başboş yönetim biçimi puan ortalamasının 11-15 yıl ve 21 ve üzeri yıl çalışan personelden daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Yönetici olmayan personelin hizmet süresi arttıkça koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçimi algıları azaldığı, başboş yönetim biçimi algılarının ise arttığı görülmektedir.

Tablo 9. Yöneticilerin ve Yönetici Olmayan Personelin Yönetim Biçimlerine İlişkin Görüşlerinin Karşılaştırılması

Yönetim Biçimi	Görev/Unvan	n	\bar{X}	Ss	t	SD	p
Yetkeci	Yönetici	66	3.26	1.10	0.837	353	0.40
	Diğer personel	289	3.15	0.98			
Koruyucu	Yönetici	66	5.41	1.08	-1.559	353	0.12
	Diğer personel	289	5.63	1.01			
Destekçi	Yönetici	66	5.91	1.17	-0.646	353	0.52
	Diğer personel	289	6.01	1.13			
Birlikçi	Yönetici	66	5.23	1.11	-2.466	353	0.01*
	Diğer personel	289	5.56	0.98			
Başboş	Yönetici	66	3.13	1.21	1.768	353	0.08
	Diğer personel	289	2.87	1.05			

*p<.05

Tablo 9’da yetkeci yönetim biçimine ilişkin yönetici ve yönetici olmayan personel görüşlerinin dağılımları incelendiğinde; yönetici personelin puan ortalamasının ($3,26\pm 1,10$) yönetici olmayan personelin puan ortalamasından ($3,15\pm 0,98$) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($t=0,837$, $p>0,05$) tespit edilmiştir. Yetkeci yönetim biçimine ilişkin yönetici olan ve yönetici olmayan personelin görüşleri arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Koruyucu yönetim biçimine ilişkin yönetici ve yönetici olmayan personel görüşlerinin dağılımları incelendiğinde; yönetici olmayan personelin puan ortalamasının ($5,63\pm 1,01$) yönetici personelin puan ortalamasından ($5,41\pm 1,08$) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($t=-1,559$, $p>0,05$) tespit edilmiştir. Koruyucu yönetim biçimine ilişkin yönetici olan ve yönetici olmayan personelin görüşleri arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Destekçi yönetim biçimine ilişkin yönetici ve yönetici olmayan personel görüşlerinin dağılımları incelendiğinde; yönetici olmayan personelin puan ortalamasının ($6,01\pm 1,13$) yönetici personelin puan ortalamasından ($5,91\pm 1,17$) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($t=-0,646$, $p>0,05$) tespit edilmiştir. Destekçi yönetim

biçimine ilişkin yönetici olan ve yönetici olmayan personelin görüşleri arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Başboş yönetim biçimine ilişkin yönetici ve yönetici olmayan personel görüşlerinin dağılımları incelendiğinde; yönetici personelin puan ortalamasının (3,13±1,21) yönetici olmayan personelin puan ortalamasından (2,87±1,05) yüksek olduğu ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($t=1,768$, $p>0,05$) tespit edilmiştir. Başboş yönetim biçimine ilişkin yönetici olan ve yönetici olmayan personelin görüşleri arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Birlikçi yönetim biçimine ilişkin yönetici ve yönetici olmayan personel görüşlerinin dağılımları incelendiğinde; yönetici olmayan personelin puan ortalamasının (5,56±0,98) yönetici personelin puan ortalamasından (5,23±1,11) yüksek olduğu ve aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($t=-2,466$, $p<0,05$) tespit edilmiştir. Birlikçi yönetim biçimine ilişkin yönetici olmayan personelin algıları yöneticilerin algılarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada yöneticilerin; %34,8'inin kadın %65,2'sinin erkek, 66,6'sının 41 yaş ve üzeri olduğu, %84,8'inin üniversite mezunu olduğu ve %56'sının 16 yıl ve üzeri hizmet süresine sahip olduğu, yönetici olmayan personelin; %46,7'sinin kadın %53,5'inin erkek, %46,4'ünün 26-35 yaş aralığında olduğu, %69,6'sının üniversite mezunu olduğu ve %54'ünün 0-5 yıl aralığında hizmet süresine sahip olduğu belirlenmiştir. Yönetici olmayan personelin cinsiyet dağılımları birbirine yakinken, yönetici olarak görev yapan kadın personel sayısının azlığı, kadınların yönetim görevine ilgi duymadığının ya da yönetim görevleri için kadınlara pek fırsat verilmediğin bir sonucu olabilir. Arlı'nın (2007) İlköğretim okulu yöneticilerinin yönetim biçimlerinin belirlenmesiyle ilgili yaptığı bir araştırmada, öğretmenler arasındaki cinsiyet dağılımları hemen hemen birbirine yakinken, yöneticilerin %90'a yakın kısmını erkek yöneticiler oluşturmaktadır. Aslında bayan ve erkek sayılarının birbirine yakın veya eşit olduğu örgütlerde verimliliğin daha yüksek olacağını söylemek yanlış olmayacaktır. Bu durum Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütü için de arzu edilen bir durum olabilir.

Yöneticilerin yönetim biçimlerine ilişkin algı puan ortalamaları yetkeci ve başboş yönetim biçimlerinde "katılmıyorum" düzeyinde; koruyucu ve destekçi yönetim biçimlerinde "çoğunlukla katılıyorum", birlikçi yönetim biçiminde ise "katılıyorum" düzeyinde olduğu belirlenmiştir. Yöneticilerin, kurumlarında koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçimlerinin uygulandığını belirttikleri görülmektedir.

Yönetici olmayan personelin yöneticilerin yönetim biçimlerine ilişkin algı puan ortalamaları ise, yetkeci ve başboş yönetim biçimlerine ilişkin puan ortalamalarının "katılmıyorum" düzeyinde; koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçimlerine ilişkin puan ortalamalarının "çoğunlukla katılıyorum" düzeyinde olduğu tespit edilmiştir. Yöneticilerin ve yönetici olmayan personelin yönetim biçimi algılarına bakıldığında birbiriyle paralellik gösterdiği kurumlarında başboş ve yetkeci yönetim biçiminin uygulanmadığını, koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçimlerinin uygulandığını belirttikleri görülmektedir. Başaran'ın (2017) okul yöneticilerinin yönetim tarzları ile ilgili yaptığı çalışmada yetkeci, koruyucu ve birlikçi yönetim biçiminin orta düzeyde olduğu, destekçi yönetim biçiminin ise orta düzeyin biraz üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Aynı şekilde Köse'nin (2015) araştırmasında katılımcıların yönetim biçimi algılarının her bir alt boyut için orta seviyede olduğunu; Özcan'ın (1996) liselerde uygulanan yönetim biçimleri ile ilgili olarak yaptığı çalışmada da yöneticilere göre liselerde uygulanan yönetim biçiminin orta düzeyde yetkeci, koruyucu, destekçi ve birlikçi olduğu belirlenmiştir. Alper'in (2008) çalışmada araştırmaya katılan öğretmenlerin okullarında, yanıtlanan konular açısından bakıldığında yetkeci yönetim biçimine çok az başvurulduğu tespit edilmiştir. Bunun sebebinin ise, uygulanan yönetim biçimlerinde olumsuz bir yaklaşım izlenerek her bir yönetim biçimine yer verildiği söylenmiştir (Özcan, 1996). Olumsuzluk yaklaşımı ile hiçbir

yönetim biçiminin kötü olmadığı, her yönetim biçiminin uygulanacağı bir örgütün bulunduğu belirtilmektedir (Başaran, 1992).

Araştırmada yöneticinin yönetim biçimine ilişkin algı puanlarının cinsiyete, eğitim durumu ve hizmet süresine göre anlamlı farklılık göstermediği sonuçlarına ulaşılmıştır. Okuyucu'nun (2019) Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı spor federasyonları yöneticilerinin yönetim tarzları ile ilgili yaptığı çalışmada cinsiyet değişkeni ile yönetim tarzı arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Varlı'nın (2015) çalışmada yönetim tarzı algısının cinsiyete, yaş gruplarına, toplam çalışma süresine göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir. Aynı şekilde Arlı'nın (2007) ilköğretim okulu yöneticilerinin yönetim biçimleriyle ilgili yaptığı çalışmada, cinsiyet değişkenine göre erkek yöneticilerle kadın yöneticiler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Kars'ın (2017) yaptığı çalışmada yönetim tarzı algısının cinsiyete, yaş gruplarına, öğrenim düzeyine, kurumdaki süreye göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Yöneticilerin eğitim düzeyleri ile yönetim biçimlerine ilişkin algıları arasında anlamlı fark olmadığı, eğitim düzeyinin yöneticilerin yönetim biçimi algılarını etkilemediğini söylemek mümkündür. Canbolat'ın (2016) çalışmada yönetim tarzı algısının öğrenim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği aynı şekilde Bayır'ın (2016) otokratik ve demokratik/katılımcı yönetim tarzı algısının, öğrenim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Yöneticilerin tamamına yakın kısmının üniversite (lisans) ve lisansüstü eğitim seviyesine sahip olmaları ve bunun sonucunda da yöneticilerin eğitim seviyelerinin birbirine yakın olması yönetim biçimlerinde farklılığa sebep olmamıştır denilebilir.

Yöneticilerin hizmet süresi ile yönetim biçimlerine ilişkin algıları arasında anlamlı farklılık görülmemektedir. Çolak'ın (2018) çalışmada yönetim tarzlarına ilişkin algının toplam çalışma süresine göre; Yerli'nin (2016) çalışmada da otokratik yönetim tarzı algısının çalışma süresi göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Yönetici olmayan personelin yöneticilerin yönetim biçimine ilişkin algı puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği, eğitim durumu ve hizmet süresine farklılık gösterdiği sonuçlarına ulaşılmıştır. Cesur (2005), Arlı (2007) ve Fırat (2013) yaptıkları çalışmalarda öğretmenlere uygulanan yönetim biçimleri puan ortalamaları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir.

Yönetici olmayan personelin yöneticilerin koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçimine ilişkin algı puanlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiği, ortaöğretim eğitimi gören çalışanların puan ortalamasının lisans ve lisansüstü eğitim gören çalışanlardan anlamlı düzeyde daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yönetici olmayan personelin öğrenim durumu yükseldikçe koruyucu ve destekçi yönetim biçimi algılarının arttığı görülmektedir. Başaran'ın (2017) okul yöneticilerinin yönetim tarzları ile ilgili yaptığı çalışmada öğretmenlerin eğitim düzeyi ile algıladıkları yönetim tarzı arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Yönetici olmayan personelin yöneticilerin koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçimine ilişkin algı puanlarının hizmet süresine göre farklılık gösterdiği, hizmet süresi azaldıkça personelin, daha çok koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçimini destekledikleri söylenebilir. Özseri'nin (2010) amatör futbolcuların antrenörlerde bulunmasını istedikleri liderlik tarzlarının belirlenmesiyle ilgili yaptığı çalışmada, demokratik davranış tipi boyutunda, 1-5 yıl futbol oynayan sporcuların 11-15 ve 16 yıl ve üzeri futbol oynayan sporculardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada yönetici ve yönetici olmayan personelin yönetim biçimi algılarına bakıldığında, yetkeci, koruyucu, destekçi, birlikçi ve başıboş yönetim biçimi alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmazken, birlikçi yönetim biçimi alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Birlikçi yönetim

biçimine ilişkin yönetici olmayan personelin algıları yöneticilerin algılarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yönetici olmayan personelin, yöneticilerden birlikçi yönetim anlayışını daha fazla destekledikleri söylenebilir. Arlı'nın (2007) ilköğretim okulu yöneticilerinin yönetim biçimleriyle ilgili yaptığı çalışmada, öğretmenlerin ve yöneticilerin birlikçi yönetim biçimi puanlarının aritmetik ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu sonuca göre, öğretmenlerin birlikçi yönetim biçimine ilişkin algıları yöneticilerden algılarından yüksektir. Yöneticilerle yönetici olmayan personel arasında yetkeci, koruyucu, destekçi ve başıboş yönetim biçimlerine ilişkin görüşleri arasında anlamlı bir fark olmaması her iki grubun da bu yönetim biçimlerini aynı şekilde algıladıkları ve yöneticilerin uyguladıklarıyla yönetici olmayan personelin uyguladığını düşündüğü yönetim biçimlerinin paralellik gösterdiği söylenebilir. Yöneticilerin ve yönetici olmayan personelin destekledikleri koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçimi ortalamalarının yüksek ve birbirine yakın olması, Spor Genel Müdürlüğü merkez örgütünde yarı demokratik ve demokratik bir yönetim anlayışının olduğunun bir göstergesi olabilir. Pol ve Rabusicova'nın (1997) Çek okullarında hangi tür yönetim biçimlerinin uygulandığını belirlemek amacıyla yaptığı çalışmada, Çek okullarında tek bir yönetim biçiminin değil, ağırlıklı olarak babacan ve Yönetici ve yönetici olmayan personelin yetkeci ve başıboş yönetim biçiminin örgütlerinde uygulanmadığını, koruyucu, destekçi ve birlikçi yönetim biçiminin örgütlerinde uygulandığını belirtmeleri, Türkiye'de sporun sevk ve idaresinden sorumlu olan merkez örgütü açısından önemli ve olumlu bir sonuç olarak değerlendirilebilir. Gelişmiş ülkelerin temel özelliğini her alanda olduğu gibi, beden eğitimi ve spor alanında da toplumun ihtiyaçlarına karşılık veren, dinamik karakterli, etkili organizasyon ve yönetim biçimlerine sahip olmalarına bağlamak gerekmektedir (Keten, 1993). Bu nedenle spor yöneticilerinin uyguladıkları yönetim biçimleri ya da yönetici anlayışları çok büyük önem kazanmaktadır. Zira üst düzey spor yöneticisi olarak görev yapan Spor Genel Müdürlüğü yöneticileri, "spor politikalarının milletlerarası seviyede ve ülke içinde en büyük birime kadar her kademede, ülke çıkarları doğrultusunda ve çağdaş spor anlayışına uygun olarak yürütülmesini sağlayacak önemli bir unsurdur (Karaküçük, 1988).

KAYNAKLAR

- Alper, S. (2008). *Ortaöğretim kurumlarında uygulanan yönetim biçimlerine ilişkin olarak öğretmen algıları*. (Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Arlı, D. (2007). *İlköğretim okulu yöneticilerinin yönetim biçimlerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Başaran, İ. E. (1982). *Örgütsel davranış*. Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Başaran, M. (2017). *Okul yöneticilerinin yönetim biçimleri ile öğretmenlerin iş doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bayır, E. (2016). *Öğretmen algıları açısından ilk ve ortaokul yöneticilerinin demokratik tutumları üzerine bir araştırma (İstanbul ili Ataşehir ilçesi örneği)*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (14. baskı). Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Canbolat, S. G. (2016). *Yöneticilerin liderlik tarzlarına ilişkin çalışan algıları, ÇEDAŞ grup şirketleri örneği (Çorumgaz, Sürmeligaz, Kargaz)*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hitit Üniversitesi, Çorum.
- Cesur, M. (2005). *Kastamonu ili ortaöğretim okulları yöneticilerinin yönetim biçimleri*. (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çolak, U. (2018). *Liderlik davranış tarzlarının seyahat acentesi çalışanlarının örgütsel tükenmişlik ve işten ayrılma eğilimleri üzerindeki etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir.
- Fırat, H. (2013). *Adana ili merkezindeki ilkokullarda görevli okul yöneticilerinin yönetim biçimleri*. (Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- İmamoğlu, A. F. (1992). *Fonksiyonel açıdan spor yönetiminin anlamı ve önemi*. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 21-34.

- Karaküçük, S. (1988). Türkiye’de spor yöneticilerinin eğitimi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 357-383.
- Karasar, N. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemi* (28. basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kars, M. (2017). *Okul müdürlerinin liderlik davranışları ile öğretmenlerin örgütsel güvenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Kayri, M. (2009). Araştırmalarda gruplar arası farkın belirlenmesine yönelik çoklu karşılaştırma (post-hoc) teknikleri. *Journal of Social Science*, 19(1), 51-64.
- Keten, M. (1993). *Türkiye’de spor*. Ankara: Polat Ofset.
- Lance, C. E., Butts, M. M., & Michels, L. C. (2006). The sources of four commonly reported cutoff criteria: What did they really say?. *Organizational Research Methods*, 9(2), 202-220.
- Okuyucu, M. (2019). Gençlik ve spor bakanlığına bağlı spor federasyonları yöneticilerinin (Başkan, Genel Sekreter) yönetim tarzlarının federasyon çalışanlarının iş doyumlarına etkisi. (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Bartın.
- Özcan, H. (1996). *Liselerde uygulanan yönetim biçimleri*. (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özsarı, A. (2010). Amatör futbolcuların antrenörlerde bulunmasını istedikleri liderlik tarzlarının tespiti (Konya ili örneği). (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Peker, Ö., & Aytürk, N. (2000). *Etkili yönetim becerileri*. Ankara: Yargı Yayınevi.
- Pol, Milan. (1997). Management of Czech Schools: with or without Teacher’s Participation?. *Závěrečná zpráva projektu RSS CEU, Brno-Budapešť*, 1-12
- Yerli, O. (2016). *Örgütlerde otokratik liderlik sistemi ile örgütsel sinizm ilişkisi, çalışanlar ve örgüt verimliliği üzerindeki etkileri*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Varlı, S. (2015). *İlkokul müdürlerinin liderlik davranışları ile okul iklimi ilişkisi (Sakarya ili örneği)*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.



Sivil Toplum Kuruluşlarında Rol Alan Bireylerin Uluslararası Sportif Aktiviteye Katılım Düzeyinin İncelenmesi

“Investigation of the Participation Level of Individuals Playing a Role in Non-Governmental Organizations in International Sports Activity”

Deniz AKYÜREK¹ & Mehmet ACET² & Özlem EKİZOĞLU³

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 12 Ekim 2022
Kabul Tarihi: 12 Aralık 2022
Online Yayın Tarihi: 31 Aralık 2022

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliar.34>

Yazarlarla İletişim

1- (Sorumlu Yazar) Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor, Kütahya, Türkiye
dakyurek3@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-9398-1079>
2- Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor, Kütahya, Türkiye
mehmet.acet@dpu.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0003-3601-1601>
3- Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzincan, Türkiye
ozlem.ekizoglu@erzincan.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0002-5705-7134>

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 raporlandırıldığını ve herhangi bir tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

Referans Gösterimi

Akyürek, D., Acet, M. & Ekizoğlu, Ö. (2022). Investigation of the Level of Participation in International Sports Activities According to Some Variables of Individuals Taking a Role in Non-Governmental Organizations, *Anatolia Sport Research*, 3(3): 28-42.

Copyright © 2022 by Anatolia Sport Research

ÖZET

Amaç: Bu çalışma, sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktiviteye katılım düzeyinin bazı değişkenlere göre incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Materyal ve Metod: Araştırmaya, Bartın ilinde sivil toplum kuruluşlarında çalışan ve gönüllü olan 94'ü erkek ve 140'ü kadın olmak üzere toplam 234 kişi katılmıştır. Sağlam ve ark., (2010) tarafından geliştirilen “Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi” kullanılmıştır. Şiddetli fiziksel aktivite, orta şiddetli fiziksel aktivite, yürüme ve genel fiziksel aktivite şeklinde 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırmada Katılımcıların cinsiyet, medeni durum, eğitim, ekonomik düzeylerini ve bütün ürünleri kullanım durumlarına göre uluslararası sportif aktiviteye katılım düzeyleri incelenmiştir. Veriler normal dağılım göstermediğinden Man Whitney-U testi ve Kruskal- Wallis testi kullanılmıştır.

Bulgular: Fiziksel aktivite düzeyleri incelendiğinde kişilerin %53,8'i (N=126) in aktif, %42,3'ü (N=99) minimum aktif ve %3,8'i (N=9) çok aktif düzeyde fiziksel aktiviteye sahiptir. Katılımcıların cinsiyetine, medeni durumuna, eğitim durumuna ve bütün kullanım durumuna göre fiziksel aktivite düzeylerinde farklılık görülmemektedir. Uluslararası sportif aktivite düzeylerinin ise ekonomik gelire göre farklılaştığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Sivil toplum kuruluşlarında görev alan bireylerin toplumu temsil ettiği varsayımından yola çıkılırsa sağlıklı yaşamlarıyla örnek davranış oluşturmaları beklenir. Fakat sportif aktivitelerde inaktif oldukları ve çoğunluğunun bütün kullanan bireylerden oluştuğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Uluslararası Sportif Aktivite, Sivil Toplum Kuruluşları.

ABSTRACT

Aim: This study was carried out to examine the level of participation in sports activities of individuals involved in non-governmental organizations according to some variables.

Material and Method: A total of 234 volunteers, 94 men and 140 women, who work in non-governmental organizations in the province of Bartın, participated in the research. The “International Physical Activity Questionnaire” developed by Sağlam et al., (2010) was used. It consists of 4 sub-dimensions as vigorous physical activity, moderate physical activity, walking and general physical activity. In the study, the participation levels of the participants in international sports activities were examined according to gender, marital status, education, economic levels and tobacco products use. Since the data did not show normal distribution, Man Whitney-U test and Kruskal-Wallis test were used.

Results: As a result, when physical activity levels are examined, 53.8% (N=126) of the individuals are active, 42.3% (N=99) are minimally active, and 3.8% (N=9) are very active. has physical activity. There is no difference in physical activity levels according to the gender, marital status, education level and tobacco use of the participants. It has been determined that international sportive activity levels differ according to economic income.

Conclusion: Based on the assumption that individuals working in non-governmental organizations represent the society, they are expected to set an exemplary behavior with their healthy lives. However, it can be said that they are inactive in sportive activities and most of them are tobacco users.

Keywords: International Sportive Activity, Non-Governmental Organizations.

GİRİŞ

Toplumbilimciler, kendi seçimimizin bir sonucu olmayarak bulunduğumuz akrabalık gibi birincil ilişkiler ile kendi isteğimiz ve seçimimizle katıldığımız bir derneğe üye olmak gibi ikincil ilişkiler arasında ayırım görmektedirler. Bahsi geçen ikincil gruplar gönüllü kuruluşlar olarak da ifade edilmektedir (Çaha, 2003). Sivil toplum en net tanımıyla devlet alanının dışarısında kalmış toplum kesimini ifade eden bir terimdir. Tanımı geliştirmek gerektiğinde, herhangi bir merkezi kontrolü olmayan ve herhangi bir hiyerarşik sisteme tabii tutulmayan toplumsal ilişkiler ağı olarak da ifade edilebilmektedir (Erözden, 2001). Zaman içerisinde sivil toplum kavramı, bireyler ve grupların devletten kaynaklanmayan ve devlet tarafından yönetilmeyen her türlü toplumsal faaliyeti için kolektif bir tanım haline gelmiştir. Dünya literatürü, sivil toplum kavramına çeşitli tanımlama yapmaktadır. Aydınlik çağına kadar sivil toplum kelimesi belli bir hukuk düzeni olan siyasi örgütler olarak tanımlanmaktaydı. İlk olarak Adam Ferguson'un 1967'de yayınlamış olduğu çalışmasında sivil toplum kavramına yer verildi (Haşlak ve Güleler, 2010). Aslında sivil toplum, devlet bünyesinde barınan ancak devletle özdeş olmayan hatta ona karşı koyabilecek bir tür insan ilişkileri yumağıdır. Toplumsal koşulların gelişmesi ile birlikte anlam olarak çeşitlenmiş ve içerdiği öğeler farklılaşmaya başlamıştır. Bu gelişmeler doğrultusunda sivil toplumun tanımını yapmak çok daha doğru olacaktır (Avcı, 2000). Türkiye'de sporun yaygınlaşması ve gelişmesi adına spor alanında da sivil toplum kuruluşu rolünü üstlenen kulüpler mevcuttur. Ancak gelişmiş ülkelerde spor yapanların, spor merkezlerine gidenlerin sayısına bakıldığında ise Türkiye'de spor yapan kişilerin sayısının ortalamasının altında olduğu bilinmektedir. Bu sebeple devlet spor politikasını oluştururken belli hedefler belirlemiştir. Milli sporcu sayısını arttırmak, spor yapan insan sayısını arttırmak veya spora teşvik eden ortamların oluşumunu sağlamak örnek olarak sayılabilir. Devletin, spor kulüplerin veya devlete bağlı kuruluşların, insanlara kolaylıkla ulaşabilecekleri spor alanı sunması spora olan talebi arttırmaktadır. Yoğun çalışma koşulları insanların sağlıklı yaşam kalitelerini olumsuz etkilemektedir. Bu gibi durumlar sporun hayattaki önemini artırmış ve insanları spor yapmaya ihtiyaç duyar hale getirmiştir (Sunay, 2000).

Bu anlamda sporun yaygınlaşması için her ne kadar yeni politika geliştirilirse geliştirilsin gelişmekte olan pek çok ülke için küçük yaşlardan itibaren spor sevgisinin aşılmadığı ve bu konuda bilinçlendirilmenin yeterli olmadığı görülmektedir. Özellikle sivil toplum kuruluşlarının bünyesinde çalışan kişileri spora aktif katılımı, toplumun geri kalanını harekete geçirebilmesi adına oldukça önemli bulunmaktadır.

Spor ve Sporun Önemi

Spor kelime anlamı olarak Latince "disportare, desport" biçiminde ifade edilmekte ve "dağıtmak, birbirinden ayırmak, eğlence, neşe" anlamına gelmektedir. Sonrasında 17.yüzyıla kadar evrilerek "sport" biçimini almış olduğu çeşitli araştırmalarca desteklenmektedir (Atasoy ve Kuter, 2005). İnsanlık tarih boyunca ölüm kalım mücadelesi vermiştir ve bu mücadelelerin barışçı bir benzeri olarak spor ortaya çıkmıştır. Tarihsel süreçlerde başlangıçta spor, savunma ve saldırıya yönelik olmuş ancak zamanla evrilerek bireysel sporlara dönüşmeye başlamıştır. spor tarihsel süreci içerisinde zamanla bireysel spor ve takım sporu olarak ikiye ayrılmış ve sonrasında da insanın üstün gelme ve en iyi olma arzusunun bir sonucu olarak yarışlar ve müsabakalar düzenlenmeye başlamıştır. Bu bakımdan aslında spor kişilerin en iyi olma çabasıyla giriştikleri bir tür disiplin olarak da değerlendirilebilmektedir (İnal, 2003). Spor çok yönlü bir kavramdır bu sebeple de sporun tanımı yapılırken pek çok kavramla karşılaşılmaktadır. Bu çeşitliliğin ana sebebi sporun kapsama alanının geniş olması, içerisinde birçok branşı barındırıyor olması ve her birinin yapılaş şekillerinin farklı olmasıdır (Amman, 2000). Sporun birkaç tanımı şu şekildedir;

✓ Spor, tek başına veya toplu olarak yapılan, kendine özgü kuralları olan, genelde yarışmaya dayanan bedensel ve zihinsel yeteneklerinin gelişimini sağlayan, eğitici ve eğlendirici uğraşlardır (Açıkada, 1990).

✓ Spor, bireyin tabii çevresini beşerî çevre haline getirirken elde ettiği yetenekleri geliştiren, belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, bireysel ya da toplu olarak boş zaman faaliyeti kapsamı içinde veya profesyonelce melekleştirerek yaptığı, sosyalleştireceği toplumla bütünleştirici, ruh ve fiziki geliştiren rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgudur (Amman, 2000).

✓ Spor, bireyin fizyolojik ve psikolojik yönden sağlığını geliştiren, sosyal davranışlarını düzenleyen, zihinsel ve motorik belirli bir düzeye getiren biyolojik, pedagojik ve sosyal bir olgudur. Diğer bir ifadeyle spor, bireyin fikir, ruh ve beden gelişmesini ve bu öğeler arasında koordinasyonu ve sosyalleşmeyi sağlayan bir olgudur (Yetim, 2015).

Yıldıran ve Yetim'e göre beden eğitimi ve spor yetişmekte olan nesillerin temel kaynağı olan insanın fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişimini amaç edinen ve genel eğitimin tamamlayıcısı ve ayrılmaz bir parçası olarak görünen bilinçli ve planlı faaliyetlerdir (Yıldıran,1996). Psikologlara göre spor; bireylerin topluma uyum sağlamalarını kolaylaştıran, aynı zamanda ruhen ve bedenen sağlıklı bir gelişim göstermelerine de yardımcı olan bir faaliyettir (Kara, 1Tüm tanımlar analiz edildiğinde; spor, haz unsuru önde gelmekle birlikte farklı amaçlar, değerler ve yaptırımlar tarafından yönlendirilen, az ya da performans ilkesine dayalı, bilinçli olarak zorlukların oluşturulmasını ve bunların asılmasını hedefleyen bedensel faaliyetlerdir (Amman, 2000). Hareket etmemenin insan üzerinde pek çok olumsuz etkisi bulunmaktadır ve bu bilgi çok eski zamanlardan beri bilinmektedir. İnsan biyolojik yapısı gereği sürekli olarak hareket etme gereksinimi duymaktadır (Erkal, 1992). İnsanın fizyolojik gereksinimlerini rahat sürdürebilmesi ve kendini psikolojik açıdan iyi hissedebilmesi için spor yapma ihtiyacı duymaktadır ve bu ihtiyacında yerine getirilmesi gerekmektedir. Bu bağlamda spor koruyucu hakemliğin bir aracı olmakta ve yaşam sağlığını geliştirip hastalıklara karşı dirençli olabilmesine de yardımcı olmaktadır.

Spor, kişinin sosyalleşmesini sağlayan, kültür düzeyine olumlu etki eden, grup bilincini geliştiren ve kişinin özgüveninin artmasına yol açan bir rol üstlenmektedir (Erkal, 1992). Sağlık için spor yapılmasının temel amacı ise hareketsizlik yüzünden ortaya çıkabilecek fiziki bozuklukların önüne geçebilmek ve buna bağlı olacakta beden sağlığının korunmasını sağlayıp fizyolojik kapasiteyi yükselterek sağlığını uzun yıllar muhafaza edebilmektir. Günümüzde pek çok insan arkadaş edinmek, eğlenmek, çalışma verimini arttırmak, sağlığını korumak ve sosyal çevre edinebilmek için spor yapmaktadır. İnsanları spora yönlendiren ikincil sebepler ise kişilerin boş vakitlerinin olması, rekabetçi yaşamı sevmeleri ve çeşitli hastalıklar sonucu spor yapma gereksinimlerinin artmış olmasıdır (İnal, 2003). İnsan fizyolojisi itibari ile kusursuzdur denilebilir. Merkezi sinir sistemi kişinin yaşam dinamizmini kontrol eder. Kalp ise yaşam boyunca düzenli bir şekilde vücuda kan pompalar. Sürekli olarak egzersiz ve spor yapıldığında ise boşaltım, solunum, sindirim ve kas sistemlerinin sağlıklı bir düzeyde kalabilmesi sağlanır. Kişi uzun süre hareketsiz kaldığında bedensel olarak hareket yeteneğinde kayıplar yaşamaya başlar ve bunun sonucunda çeşitli sağlık problemleri ortaya çıkar (Erkal, 1998). Günümüzde yapılan araştırmalarında ışığında sporun insan sağlığı için önemi her geçen gün artmaktadır. Egzersiz çeşitli vücut fonksiyonlarının en uygun şekilde işleyebilmesine katkı sağlamaktadır. Dayanıklılığa ilişkin yapılan uzun mesafe koşusu, bisiklet sürme, yüzme gibi sporları yapanlarda koroner arter hastalığının ve hipertansiyonun daha az görüldüğüne rastlanmıştır (Akgün, 1989). Özellikle beden eğitimi ve spor faaliyetleri, kişinin sağlıklı yaşam sürdürebilmesi, dinamik bir hayata kavuşması, yorgunluğu ve stresini azaltması gerekçeleriyle önemli bulunmaktadır. Kişinin toplum içerisinde uyumlu bir yaşam sürdürebilmesi, ikili ilişkilerin de iyileştirilebilmesi, ruhsal ve bedensel sağlığı için spor yapması gerekmektedir.

Bu noktada beden eğitimi de bireyin sosyalleşmesine katkı sağlarken kişilik gelişiminde de olumlu etkilere yol açmaktadır. Spor sayesinde karşılıklı saygı ve sevgi bağları da kuvvetlenmektedir. Kişi bu süreç boyunca zararlı alışkanlıklarından arınmaktadır. İş hayatında yaşanan stresin olumsuz etkilerini ortadan kaldırılması için bir araç olarak da görev alır. Nihayetinde de kişinin sosyalleşmesine önemli bir katkı sağlar (İnal, 2003). Kişinin çok yönlü gelişimine bakıldığında sporun etkisi büyüktür. Spor yapmak yalnız bedensel iyileşme süreci olarak değil aynı zamanda sosyalleşebilme ve toplumsal uyumu yakalayabilme süreci olarak da görülmektedir. Sporun fiziksel ve ruhsal katkılarının yanı sıra toplumsal yaşam ve çalışma hayatına katkısı da birçok bilim tarafından kabul edilmektedir (Erkal, 1992).

Spor yapmanın ve fiziksel aktivitelerin önemi günümüzde toplumun her kesimi tarafından bilinmektedir. İnsan sağlık başta olmak üzere pek çok sebeple spor yapmaktadır. Sporla ilgilenen kişilerin temel amacı beden ve ruh sağlığını koruyarak özgüvenlerini arttırmak ve üz düzey performans sergileyebilmektir (Bilge, 2000). Kişiyi spor yapmaya iten ana nedenlerin araştırılması bir takım zorlukları içinde barındırmaktadır. Bu kişinin hangi gereksinimle spora başvurduğu sorusunun cevabı içinde geçerlidir. Burada kişinin gereksiniminin ne olduğu önemli bir belirleyicidir. Bu soruya cevap bulabilmek için pek çok araştırma yapılmış, bu araştırmaların sonucunda bazen benzer nedenlerle bazen de çok farklı nedenlerle kişilerin spora başvurduğu görülmüştür.

Kişiyi spor yapmaya iten bazı etmenler aşağıda sıralanmıştır (İnal, 2003):

- ✓ Sağlıklı olmak ve sağlığını koruyabilmek,
- ✓ Sosyal ilişkiler kurma gereksinimi,
- ✓ Eğlence,
- ✓ Kendini gerçekleştirme arzusu,
- ✓ Yeni deneyimler edinerek arkadaş kazanma ihtiyacı,
- ✓ Maddi kazanç sağlama,
- ✓ Özgüvenini artırma,
- ✓ Kilo verme, daha zayıf bir insan olma hayali,
- ✓ Mutlu olma,
- ✓ Stres yaşantısını azaltarak hastalıklara karşı direnç kazanma,
- ✓ Gençliğini koruma ve daha güzel bir insan olmak şeklinde sıralanmaktadır.

Sivil Toplum Kavramı

Sivil toplum kavramı son yıllarda popülerleşmiş ve özellikle sosyolojinin odağına yerleşmiştir. Temel bir ifadeyle sivil toplum, bireylerin kendi istekleriyle oluşturmuş oldukları ortam yaşam alanları demektir (Çaha, 2006). Kelime kökeni olarak “sivil” kavramı, Latince “civis” sözcüğünden türemiştir ve kelime “yurttaş, kenttaş” anlamına gelmektedir. “sivil toplum” kavramı da Fransızcadaki “societe civile” den türemiştir (Güneş, 2004). Bütün kullanımlara bakıldığında ise sivil, yurttaş veya vatandaş anlamında kullanılmaktadır. Buradan yola çıkarak sivil toplum da yurttaşların toplu anlamına gelmektedir (Ercan, 2002).

Sivil toplum söz konusu olduğunda iki kriter bulunmaktadır. Bu iki kriterden birincisi devletin dışında olmaktadır, ikincisi ise kendi içerisinde demokratik bir işleyişe sahip olmasıdır. Genel bir ifade ile sivil bir yönetimi olarak tanımlanan sivil toplum, bir bakıma da yurttaşlık düzenidir (Talas, 2011). Sivil toplumla ilgili olan yaklaşımları üç grup halinde incelemek mümkündür. Bunlardan ilki Larry

Diamon'a aittir ve bu görüşe göre sivil toplum, vatandaşın kendi iradesiyle birlikte tesis edilmiş olan bir düzendir. İkinci yaklaşım Ernest Gellner'e aittir ve bu yaklaşıma göre sivil toplum, geniş bir alanı içerisinde barındıran bir anlayıştır. Bu anlayışa göre sivil toplum, insan ve devlet arasındaki boşluğu dolduran bir yapı olarak değerlendirilir. Örnek olarak da sendikalar, siyasal partiler, gruplar, dernekler, dini örgütler verilebilir. Üçüncü yaklaşım ise sol liberal kesimden John Keane'ye aittir. Devlet dışı işleyen ve devlet kurumları üzerinde baskı ve denetim uygulayarak dönüştüren bir örgüttür (Çulhaoğlu, 2001). Sarıbay, sivil toplum gruplandırmasını, Alman, İtalyan ve Fransız tip olarak üçe ayırmıştır. Alman tipi Hegel ve Marks'ın yaklaşımına göre, İtalyan tipi Gramsci ve Fransız tipi de Tocqueville'nin yaklaşımına dayandırılmıştır (Sarıbay, 2000). Aslında bu ayrımın izahı, devlete karşı olan, devlete dahil olan ve hem devlete dahil olmayan hem de devlete dahil olmayan şeklindedir. Aslında sivil toplum kavramındaki bu çeşitlilik bir bakıma gelenekselleşmiş ve meselenin bakış açısında göre tanımlaması ve faaliyet alanlarında değişiklikler olmuştur. Liberal-neo liberal, marksisit-neo Marksist ve muhafazakâr-neo muhafazakâr olup olmamakla ilgili bağlantılı olarak sivil toplum yerini belirlemiştir (Sarıbay, 2000). Ancak Çulhaoğlu'nun görüşüne göre sivil toplum devletle iç içedir ve bu kurumları devlet yönlendirmektedir (Çulhaoğlu, 2001).

Küreselleşme çağında pek çok politika oluşturan aktörlerin başında sivil toplum kuruluşları gelmektedir. Özellikle toplumu yönlendirme konusunda önemli ve etkili bir rol üstlenmektedir. Bu sebeple de hem kavramsal hem de tarihsel açıdan sentezlenmiş çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Sivil yönetimi olan kurum ve örgütlere sivil toplum kuruluşları veya kısaca STK denmektedir. toplumda yaygınlaşıp önemi artarken farklı toplumsal sorunlara dikkat çekmektedir. STK'lar da gönüllülük esastır ve amaç topluma hizmet ederken siyaseti etkilemeye çalışan resmi olmayan örgütlerdir. STK'ların etki boyutları değişmektedir ve bu bağlamda etkisi ulusal, bölgesel, küresel ya da yerel olabilmektedir (Talas, 2011).

Sivil Toplum Kuruluşların işlevleri aşağı da sıralanmaktadır (Güneş, 2004):

- ✓ Kamuoyu oluşturarak bireyin taleplerinin duyulmasına yardımcı olmak,
- ✓ Piyasadaki metalaşmaya karşı olarak ve egemen piyasa değerlerine de karşı bir şekilde dengeleyici bir unsur haline gelmek,
- ✓ İçerisindeki katılımcılar çoğulcu bir kültürle beslenerek yönetim deneyimi olan bireylerin yetkin hale gelmelerini sağlamak,
- ✓ Projeler geliştirip onlara kaynak bularak sonrasında hayata geçirilmesini sağlamak koşuluyla hükümet politikalarıyla uyumlu olarak eğitim ve sosyal refahla ilgili sorumluluklar alabilmek.

STK'lar devlet dışarısında kalan organizasyonlar olarak da ifade edilmektedir. STK'lara baktığımızda üç çeşit karşımıza gelmektedir. Bunlar, yerel, bölgesel ve ulusaldır. Bulunulan ülkeye bağlı olarak da geri kalmış olan "Güneyli" ve zengin olan "Kuzeyli" olarak politika tayin edicileri olarak işlevlerini sürdürmektedir (Lewis, 2001). Gelişmiş ve geride kalmış ülkeler olarak iki çeşit STK vardır. STK'ların varlığı aktivitelerine bağlıdır. STK'nın aktivitesi olmadığında kendine bir zemin bulması ve buna bağlı olarak da yaşaması mümkün değildir. Bu aktiviteler ise, halkın sağlığı, sosyal problemler, çevre olayları, ekonomik değişkenler, eğitim ile ilerleme ve gelişim çalışmaları olarak gruplandırmak mümkündür.

Doğum kontrolleri, hijyen, atıklardan arınmak, suyun kullanımı, eşy gibi çeşitli etkinlikleri vardır. Sağlığa ilişkin krizlerdeki etkinliklere örnek olarak HIV-AIDS eğitimi, bağışlılıktan kurtarma seminerleri örnek olarak verilebilir. Ortak sosyal sorunlara yönelik gerçekleştirilecek faaliyetlere örnek olarak evden kaçan kız çocukları, çocukların eğitim görmemesi, erken yaşlılıkta evlilikleri önlemeye yönelik olabilir. Çevresel bağlamda enerji tüketimine yönelik bilinçlendirme, çevreyi temiz tutma ve

ağaçlandırmayı arttırmaya yönelik olabilir. Ekonomik boyutta mikro teşebbüslerle makro borçlanmalar, bilgisayar ve teknik eğitimler, tekstile yönelik beceri eğitimleri verilebilir. Toplumsal gelişimle ilgili aktiviteler, okum inşası, alt yapı inşası, çeşitli kültür merkezlerinin kurulması, tarımsal uzmanlığı geliştirilmesi şeklinde olabilmektedir. Kadın sorunlarına yönelik, cinsel tacize maruz kalmış kadınlarla bireysel ya da grup terapi çalışmaları, yardım ve ihbar hatları, yasal olarak düzenleme çalışmaları gerçekleştirilebilir (Mostashari, 2005).

Yukarıdaki aktivite örneklerine bakıldığında sivil toplum kuruluşları hem pek çok sorunun çözümü için çalışmakta ve yakından müdahaleler gerçekleştirmektedirler. Aslında gelişmiş ülkeler için sivil toplum kuruluşları toplumda yaşanan siyasi ve sosyal sorunların bir sonucudur. Tüm çağdaş toplumlarda sivil toplum kuruluşları mevcuttur ve önemleri her geçen gün artmaktadır (Güneş, 2004). Bir bakıma bir toplumda sivil toplum kuruluşlarının mevcudiyeti çağdaşlığında göstergesi olmaktadır. İleri düzeyde sanayileşmiş olan ve gelişmiş toplumlarda mevcut olan STK'ların var olabilmesi için demokrasinin egemen olması esastır. Demokrasi ne kadar egemen olursa STK'ların kurum ve kuruluşlar üzerindeki etkisi de artmaktadır.

Gelişmiş toplumdaki sivil toplum kuruluşlarının daha etkin olmasının bir başka sebebi de sivil toplum kuruluşlarının daha çok şehirleşmiş alanlarda meydana geliyor olmasıdır. Bunun dışında insanları birey olmayı başarıp başaramaması da sivil inisiyatifin oluşması için gereklidir (Keyman, 2004). Batılı toplumlar için birey olmak eski zamanlardaki aristokratlar sınıfına karşı verilmiş olan mücadelenin bir sonucu olarak sivil inisiyatif gruplarının faaliyetleriyle tanımlanmaktadır. Ancak aristokratlar gibi bir sınıflandırmaya sahip olmayan ülkelerde ise daha çok devletin modernleşme çabası içerisindeki bir projesi olarak STK'lar meydana gelmektedir (Atar, 1997). Gelişmiş toplumlar içerisinde güçlü sivil toplum kuruluşlarını barındırmaktadır. Sivil toplum kuruluşlarının toplumdaki öneminin anlaşılması içinse uluslararası platformlarda STK'ların karar aldırması ya da bir kararı kaldırtması olaylarına bakılması yeterlidir. STK'lar kamuoyu vasıtası ile geniş bir seçmen kitlesini etkilemekte veya yönlendirmektedir. Bu bakımdan ekonomik, siyasal tercihlerin belirlenmesinde önemli bir rol üstlenir. Uluslararası antlaşmalarda belirleyici bir rol üstlenmektedirler. Hatta bazı konularda istenirse kamuoyunu yanlış yöne sürükleme gibi etkileri ve imkanları da oluşabilmektedir (Rugman, 2000). STK'ların en önemli özelliği vatandaşı bilinçlendirmesi ve bu bilincin gelişmesine katkı sağlamasıdır. Bu sebeple devletler STK'ların gelişmelerini desteklemekte ve bu bilinçlendirme çalışmaları için çeşitli altyapılar oluşturmaktadırlar.

Sivil Toplum Örgütü Olarak Spor Kulüpleri

Toplum içerisinde niteliklerine göre ayrılmış olan işyeri, okul, spor kulübü, dernek veya sendika gibi sivil toplum örgütü olan gruplar vardır. Bu gruplar kişilerin aynı amaçlarla bir araya gelmesi sonucu oluşmaktadır (Nirun, 1989). Öncelikle spor ilişkide olduğu sosyal kurum, olgu ve olay bakımından önemli bir konuma sahiptir. Spor, sosyal boyut içerisinde; ekonomi, sosyal güvenlik, kültür, uluslararası ilişkiler, sosyalleşme, kalkınma gibi sosyal kurum ve olguları göstermektedir. Bu sebeple de aslında spor, toplumsal hayat ve sosyal hayatla yakından ilişkili bulunmaktadır. Spor hayatın pek çok yönüyle bütünleşmiş bir olguyu ifade etmektedir (Yetim, 2000). Sporun son derece toplumsal hayatta sosyal rolünün ön plana çıkmasında, toplumla bütünleşmesinde ve esnek bir yapıya sahip olmasında spor kulüplerinin işlevi sivil toplum örgütleri kadar büyük önem arz etmektedir.

Avrupa da spor önemli sosyal ilişkileri ifade etmektedir. Aynı zamanda sporun ulusal olarak ve bölgesel nitelikte de temsil etme imkânı da bulunmaktadır. Hem sporcuları hem de bu sporu destekleyenlerin birleşip bütünleşmesine yol açmaktadır. Aynı zamanda spor kültürün bir simgesi haline de gelmiştir. Avrupa Birliği vatandaşları için nüfusun yarısından fazlası bir spor kulübüne mensup olmakta ve bu sayede spor faaliyetlerini gerçekleştirmektedir.

Spor AB içerisinde, özellikle nüfusun sosyal yapısı, toplum sağlığı, herkes için spor, spor ve çevre, eğitim ve spor ilişkisi konularının öncelikle çalışma balıkları olduğu görülmektedir. Avrupa da spor önemli sosyal ilişkilere işaret etmektedir. Spor ulusal ve bölgesel kimliği temsil etmekte, güçlendirmektedir. Oyuncuları ve sporcuları birleştirir. Seyircilere ülkeleri ile özdeşleşme olanağı verir. Spor sosyal stabiliteye katkıda bulunur ve kültür ve kimliğe ilişkin simgedir. Spor ya ve köken içermeden AB vatandaşları arasındaki en önemli noktadır. Vatandaşlarının yarısından fazlası, 700.000 spor kulübüne bağlı olarak düzenli şekilde spor yapmaktadır (Balcı, 2003). Kulüpleri tüm bu özelliklerin geliştirilmesinde bir STÖ olarak kültür, eğitim, sosyal politikalar, toplum sağlığı balıkları altında görev ve sorumluluğu olan kurullardır. AB Spor kulüpleri toplum içerisinde önemli bir yere sahip olmuştur. Örneğin, Portekiz de 70.000 Antrenörün 40.000 spor kurulu ve komite üyesi Avusturya da Nüfusun% 39 bir spor kulübü veya federasyon üyesi olduğu, 1.850.000 kişi 10.000 spor kulübüne üye olup nüfusun % 36'sını oluşturmaktadır. Lüksemburg'da 1.100 spor kulübünün 120.000 üyesi bulunmaktadır. Bu da nüfusun % 30' nu oluşturmaktadır. Belçika'da 17.000 kulüp ve 1.400.000 üyesi vardır. Hollanda'da 4 milyon kişi kulüplere üye olduğu vurgulanmaktadır (Balcı, 2003). Günümüze bakıldığında hızla ilerleyen teknoloji ve sağlık alanındaki gelişmeler yaşamın uzamasına yol açmıştır. Bu sebeple de kişilerin spor yapmaya karşı duydukları ihtiyaç artış göstermiştir. Yani spora ihtiyaç duyan kişilerin spor faaliyetlerini gerçekleştirebilmesi formal olarak spor kulüpleri aracılığı ile olmaktadır. Artık pek çok ülkede ve ülkemizde spor politikaları oluşturulup gerçekleştirilmeye çalışılmaktadır (Sunay, 2000). Bugün birçok ülkenin spor politikasında olduğu gibi, ülkemizin spor politikasında da sporun topluma yaygınlaştırılması ilk sırayı tekil ederken, spor alanında gelimi ülkeler bu politikalarını büyük ölçüde gerçekleştirebilmişlerdir. Almanya'da her dört kişiden biri spor kulüplerine üye iken (21 milyon kişi), 12 milyon kişi de spor kulüpleri dışında spor yapmaktadır ve bu ülkede spor örgütlerinin başarı kriteri, sporu tüm nüfusa yaygınlaştırmaktır (Çamlıyer, 1999).

Sivil toplum kuruluşu hizmeti vermekte olan bazı spor kuruluşları;

- ✓ Amatör Spor Kulüpleri Federasyonu,
- ✓ Türkiye Futbol Antrenörleri Derneği,
- ✓ Faal Futbol Hakemleri ve Gözlemcileri Derneğidir.

Spor Kulüplerinin Sivil Toplum Örgütü Olarak Fonksiyonları

Spor kulüplerinin önemi gün geçtikçe artmaktadır. Bu bakımdan sivil toplum kuruluşları ile spor kulüplerinin ortak özellikleri aşağıda ifade edilmiştir (Devecioğlu ve Çoban, 2002):

- ✓ İki kurum da kâr amacı gütmemekte ve gönüllü olarak çalışmalar yürütmektedir.
- ✓ Bürokrasinin olmadığı esnek bir yapıları vardır.
- ✓ Karar ve uygulamada katılım esaslı bir yaklaşım benimsemektedirler.
- ✓ Kapsam, örgütleniş, etkinlik alanı, finansman ve denetimleri farklıdır
- ✓ Hem yerel olarak hem ulusal olarak hem de uluslararası olarak örgütlenebilmektedirler.
- ✓ Bünyelerinde çalışan kişiler çalışmalarını gönüllü olarak veya ücret karşılığında yapabilirler.
- ✓ Ekonomisini ve finansmanını bağış, aidat ya da üretilen malların satışından elde ederler.
- ✓ Hem üyelerine hem de mali anlamda destek olan kimselere veyaz gruplara hesap vermekle yükümlüdürler.
- ✓ Faaliyetleri; kamuoyu oluşturmak, eğitim, örgütlenme, araştırma, tanıtım, danışmanlıktır.

- ✓ Geniş kapsamlı kuruluşlardır, devletin yasa ve yönetmeliklerine uygun şekilde hareket edilir.
- ✓ Toplumsal ve ekonomik kalkınmanın iyileştirilmesi için sürekli olarak çalışma içerisindeyler.
- ✓ Gündemdeki insan problemlerine etkin modeller geliştirirler sürekli bir sermayeleri yoktur ve kendi içinde bir disipline sahiptirler.
- ✓ Özel sektör ve gönüllü kişiler ile birlikte kamunun üstlenmediği rolleri üstlenerek yönetilen kitlenin yani toplumun fertlerinin hak ve menfaatleri korunur ve bunun sonucunda da yönetimi etkileme gücü oluşur.
- ✓ Devletten daha hızlı servis verme, esnek olma ve maliyetlerde tasarruf sağlama olanağına sahiptir.
- ✓ Farklı sosyal amaç güden yarattığı çoğulculuk, zenginlik, eğitim, sağlık, kültür ve yeni kuşaklara birtakım değerlerin ve alışkanlıkların kazandırılması değişimle beraber gelişiminde rol oynarlar.
- ✓ Çalışmakta olan bireylerin hiçbiri zorla çalıştırılmamaktadırlar ve burada çalışmakta olan kişiler maddi kazanç temin etmekten çok sosyal ve psikolojik doyum sağlama belirli bir hedefi ya da gayeyi gerçekleştirirler.

MATERYAL VE METOD

Araştırmanın Modeli

Tarama modeli, geçmişten beri var olan bir durumu betimlemeyi amaçlayan yaklaşımdır (Karasar, 2012). Kullanılan model, belirlenen evrenden seçilmiş olan örneklem üzerinde nicel betimlemeyi sağlamak için yapılan genel tarama modellerinden “ilişkisel tarama modeli” kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişkenin arasında beraber değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir. İlişkisel tarama modeli, korelasyon ve karşılaştırma araştırmaları yapmamızı sağlar (Karasar, 2004).

Evren ve Örneklem

Sivil toplum kuruluşlarında çalışan gönüllü ve çalışanlar evrenimizi oluştururken; Bartın ve Amasra illerinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında çalışan ve aktif gönüllü olan 234 kişi örneklemimizi oluşturmaktadır.

Araştırmanın Sınırlılıkları ve Varsayımları

Bartın ve Amasra ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarındaki resmi ve gönüllü görevlilerle sınırlandırılmıştır. Katılımcıların soruları doğru anladığı, güvenilir cevaplar verdiği ve araştırmamızda kullanılan materyallerin ve metotların geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

Araştırmanın Hipotezleri

- ✓ Bartın ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktivite düzeylerinde cinsiyete göre fark vardır.
- ✓ Bartın ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktivite düzeylerinde medeni duruma göre fark vardır.
- ✓ Bartın ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktivite düzeylerinde eğitim düzeyine göre fark vardır.

- ✓ Bartın ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktivite düzeylerinde ekonomik düzeye göre fark vardır.
- ✓ Bartın ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktivite düzeylerinde tütün kullanımına göre fark vardır.

Verilerin Toplanması

Anketler çevrimiçi toplanmış ve katılımında gönüllülük esas alınmıştır. Çalışmaya Bartın ilinde sivil toplum kuruluşlarında çalışan ve gönüllü olan 94'ü erkek ve 140'ı kadın olmak üzere toplam 234 kişi katılmıştır.

Veri Toplama Aracı

Demografik sorularda; cinsiyet, medeni durum, öğrenim durumu, ekonomik durum, tütün mamulü kullanma durumu sorulmuştur.

Sağlam ve arkadaşları (2010) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi” kullanılmıştır.

- ✓ Şiddetli Fiziksel Aktivite,
- ✓ Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite,
- ✓ Yürüme
- ✓ Genel Fiziksel Aktivite şeklinde 4 alt boyuttan oluşmaktadır.

Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Formu (UFAA-Kısa Form): Fiziksel aktivite düzeyini değerlendirmek için Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Formu kullanılmıştır. Dr. Michael Booth tarafından geliştirilmiş, 15 ila 69 yaş aralığındaki bireylerin fiziksel aktivite düzeyini, sedanter yaşam tarzlarını belirlemek amacıyla kullanılan bir testtir. Anketin kısa formu yedi sorudan oluşmaktadır. Fiziksel aktivitelerin, geçirilen son bir haftada tek seferde en az 10 dakika yapılmış olması referans alınmaktadır. Şiddetli fiziksel aktivite süresi, orta dereceli fiziksel aktivite süresi, yürüme ve bir günlük ortalama oturma süreleri sorgulamaktadır. Fakat hesaplamalara oturma süreleri dahil edilmemektedir (97). Anket skoru, bazal metabolik hıza karşılık gelen Metabolic Equivalent of Task (MET- dk/hafta, 1 ME=3.5ml/kg/dk)'a çevrilerek fiziksel aktivite puanı hesaplanmaktadır. Her bir aktivite için ayrı ayrı hesaplama yapılmaktadır. Yürüme MET dk/hafta puanı [3,3 x yürüme dakikası x yürünen gün sayısı], orta şiddetli aktivite MET dk/hafta puanı [4,0 x aktivite dakikası x 26 aktivitenin yapıldığı gün sayısı], şiddetli aktivite MET dk/hafta puanı [8,0 x aktivite dakikası x aktivitenin yapıldığı gün sayısı] olarak hesaplanmaktadır. Elde edilen bütün sonuçlar toplanmakta ve elde edilen sonuç ile fiziksel aktivite düzeyi belirlenmektedir. Haftada 600 MET'ten daha az fiziksel aktivitesi olan bireyler “inaktif”, haftada 600 ile 3000 MET aralığında olan bireyler “minimum aktif”, haftada 3000 MET'ten daha fazla fiziksel aktivitesi olan bireyler “çok aktif” olarak sınıflandırılmaktadır. 2010 yılında Türkçe'ye uyarlanarak, Sağlam ve ark. (2010) tarafından geçerlilik-güvenilirlik çalışması yapılmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi

Tüm veriler bilgisayarda SPSS (statistical package for social sciences) for Windows 22 programına kaydedilerek analiz edilmiştir. Verilerin analizinde ilk olarak hangi testlerin (parametrik/nonparametrik testler) uygulanacağına karar vermek için karşılanması gereken varsayımlar test edilmiştir. Dağılımın normalliğine karar vermek için Kolmogorov-Smirnov, normal dağılımın diğer varsayımları olan basıklık ve çarpıklık değerleri ve histogram grafiğinden yararlanılmıştır. Bağımsız iki grup karşılaştırmasında Man Whitney-U testi ilişkisiz iki ya da daha fazla grupların karşılaştırılmasında

Kruskal Wallis-H testi, farkın kaynağının belirlenmesi için post hoc testlerinden Bonferroni testi kullanılmıştır. Elde edilen değerlerin anlamlı olup olmadığının yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi ölçüt olarak kullanılmıştır.

BULGULAR

Çalışma kapsamındaki bireylerin Sosyo-Demografik özelliklerine yönelik bulgular ve Uluslararası fiziksel aktivite düzeyleri frekans analizi ile değerlendirilerek yüzde frekans olarak nitelendirilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Kişisel Özellikleri

Değişken	Grup	f	%
Cinsiyet	Kadın	140	59.8
	Erkek	94	40.2
Medeni Durum	Evli	108	46.2
	Bekar	126	53.8
Eğitim Düzeyi	Lise	14	6.0
	Önlisans	128	54.7
	Lisans	92	39.3
Ekonomik Düzey	Düşük	19	8.1
	Orta	151	64.5
	Yüksek	64	27.4
Tütün Maddesi Kullanma Durumu	Kullanıyor	151	64.5
	Kullanmıyor	83	35.5
Fiziksel Aktivite Durumu	İnaktif	126	53.8
	Minimum aktif	99	42.3
	Çok aktif	9	3.8
Toplam		234	100

Çalışma kapsamındaki kişilerin %59,8'i (n:140) kadın %53,8'i (n:126) bekar, %54,7'si (n:128) ön lisans mezunu %64,5'i (n:151) orta düzey ekonomiye sahip ve %64,5'i (n:151) tütün ürünü kullanmaktadır. Fiziksel aktivite düzeyleri incelendiğinde kişilerin %53,8'i (n:126) in aktif %42,3'ü (n:99) minimum aktif (n:99) ve %3,8'i (n:9) çok aktif düzeyde fiziksel aktiviteye sahiptir.

Tablo 2. Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Normallüğünün İncelenmesi

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk			Çarpıklık	Basıklık
	İstatistik	sd	p	İstatistik	sd	p		
Şiddetli Fiziksel Aktivite	0.41	234	0.00	0.57	234	0.00	2.40	5.86
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite	0.45	234	0.00	0.50	234	0.00	3.08	12.16
Yürüme	0.16	234	0.00	0.86	234	0.00	1.41	3.62
Genel Fiziksel Aktivite	0.19	234	0.00	0.82	234	0.00	1.65	3.60

Kolmogorov-Smirnov testlerinden elde edilen anlamlılık düzeyi 0,05'ten küçük ve çarpıklık basıklık katsayıları $\pm 2,0$ aralığından oldukça yüksek olup uç değerlerin fazla olması sebebi ile verilerin normal dağılımdan uzaklaştığı görülmektedir. Bu sebeple istatistiki analizler parametrik olmayan testler ile gerçekleştirilmiştir. Şiddetli fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 282,2 minimum 0 maksimum 2880'dir. Orta şiddetli fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 110,8 minimum 0 maksimum 1800'dür. Yürüme Met puan değerleri ortalama 510,4 minimum 0 maksimum 2772'dir. Genel fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 903,4 minimum 0 maksimum 5706'dır.

Tabla 3. Uluslararası Fiziksel Aktivite Skorlarına İlişkin Özet İstatistikler

	X	Ss	Medyan	Minimum	Maksimum
Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	282.2	571.5	0.0	0.0	2880
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	110.8	255.0	0.0	0.0	1800
Yürüme (MET-dk/Hafta)	510.4	506.2	462.0	0.0	2772
Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	903.4	1036.6	495.0	0.0	5706

Şiddetli fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 282,2 minimum 0 maksimum 2880'dir. Orta şiddetli fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 110,8 minimum 0 maksimum 1800'dür. Yürüme Met puan değerleri ortalama 510,4 minimum 0 maksimum 2772'dir. Genel fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 903,4 minimum 0 maksimum 5706'dır.

Tablo 4. Genel Fiziksel Aktivite Met Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılığı

	Erkek Ortanca (Min.-Maks.)	Kadın Ortanca (Min.-Maks.)	z	p
Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-2880.0)	0.0 (0.0-2880)	-0.10	0.92
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-1800.0)	0.0 (0.0-1440)	-0.36	0.72
Yürüme (MET-dk/Hafta)	412.5 (412.5-2772.0)	478.5 (478.5-2772)	-0.72	0.47
Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	495.0 (495.0-4692.0)	594.0 (594.0-5706)	-0.33	0.74

Genel fiziksel aktivite Met puanları ile şiddetli, orta şiddetli ve yürüme Met puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>.05$).

Tablo 5. Genel Fiziksel Aktivite Met Puanlarının Medeni Duruma Göre Farklılığı

	Bekar Ortanca (Min.-Maks.)	Evli Ortanca (Min.-Maks.)	z	p
Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-2880.0)	0.0 (0.0-2880)	-1.17	0.24
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-1800.0)	0.0 (0.0-1080)	-0.90	0.37
Yürüme (MET-dk/Hafta)	437.3 (437.3-2772.0)	478.5 (478.5-2772)	-0.45	0.66
Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	495.0 (495.0-5706.0)	511.5 (511.5-5652)	-0.71	0.48

Genel fiziksel aktivite Met puanları ile şiddetli, orta şiddetli ve yürüme Met puanları kişilerin medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>.05$).

Tablo 6. Genel Fiziksel Aktivite Met Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Farklılığı

	Lise ve Altı Ortanca (Min.-Maks.)	Ön Lisans Ortanca (Min.-Maks.)	Lisans ve üstü Ortanca (Min.-Maks.)	X ² _{KW}	p
Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-2880)	0.0 (0.0-2880)	360.0 (0.0-1200.0)	2.07	0.35
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-480)	0.0 (0.0-1800)	0.0 (0.0-480.0)	0.68	0.71
Yürüme (MET-dk/Hafta)	544.5 (0.0-2772)	478.5 (0.0-1980)	1039.5 (0.0-1386.0)	0.39	0.82
Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	544.5 (0.0-5652)	495.0 (0.0-3577)	1519.5 (0.0-2586.0)	0.12	0.94

Genel fiziksel aktivite Met puanları ile şiddetli, orta şiddetli ve yürüme Met puanları kişilerin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>.05$).

Tablo 7. Uluslararası Fiziksel Aktivite Skorlarının Ekonomik Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

	Düşük ^a Ortanca (Min.- Maks.)	Orta ^b Ortanca (Min.- Maks.)	Yüksek ^c Ortanca (Min.- Maks.)	X ² _{KW}	p	Fark
Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-0.0)	0.0 (0.0-2880)	0.0 (0.0-2880.0)	11.95	0.01	a<c
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-0.0)	0.0 (0.0-1080)	0.0 (0.0-1800.0)	7.04	0.03	a<c
Yürüme (MET-dk/Hafta)	495.0 (0.0-1386.0)	462.0 (0.0-2772)	404.3 (0.0-2772.0)	0.64	0.73	

Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	495.0 (0.0-1386.0)	495.0 (0.0-4692)	813.0 (0.0-5706.0)	4.19	0.12
---	--------------------	------------------	--------------------	------	------

Genel fiziksel aktivite Met puanları yürüme Met puanları kişilerin ekonomik düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$)

Şiddetli fiziksel aktivite Met puanları kişilerin ekonomik düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fak göstermektedir [$X^2_{(2)}=11,95$ $p<0,05$]. Farkın hangi düzeyler arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre düşük ekonomik düzeye sahip kişilerin şiddetli fiziksel aktivite Met değerleri yüksek gelirli kişilere göre daha düşüktür. Orta şiddetli fiziksel aktivite Met puanları kişilerin ekonomik düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fak göstermektedir [$X^2_{(2)}=7,04$ $p<0,05$]. Farkın hangi düzeyler arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre düşük ekonomik düzeye sahip kişilerin orta şiddetli fiziksel aktivite Met değerleri yüksek gelirli kişilere göre daha düşüktür.

Tablo 8. Genel Fiziksel Aktivite Met Puanlarının Tütün Ürünü Kullanımına Göre Farklılığı

	Evet Ortanca (Min.-Maks.)	Hayır Ortanca (Min.-Maks.)	z	p
Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-2880.0)	0.0 (0.0-2160)	-0.32	0.75
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-1800.0)	0.0 (0.0-720)	-0.96	0.34
Yürüme (MET-dk/Hafta)	495.0 (495.0-2772.0)	396.0 (396.0-2772)	-0.24	0.81
Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	594.0 (594.0-5706.0)	495.0 (495.0-4212)	-0.23	0.82

Genel fiziksel aktivite Met puanları ile şiddetli, orta şiddetli ve yürüme Met puanları kişilerin tütün ürünleri kullanma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>.05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bulgularımıza göre katılımcıların fiziksel aktivite puanlarının cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve tütün ürünü kullanım durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir. Fakat katılımcıların ekonomik gelir düzeylerine göre fiziksel aktivite puanlarında anlamlı düzeyde farklılıklara rastlanmıştır. Düşük ekonomik düzeye sahip kişilerin şiddetli ve orta şiddetli fiziksel aktivite Met değerleri, yüksek gelirli kişilere göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Cinsiyete göre farklılık bulamayıp çalışmamızı desteklemektedir (Şanlı ve Güzel, 2009; Kayapınar, 2012). Fakat erkeklerin egemenliğini sürdürdüğü dünyada kadınların iş yükünün ve uğradığı cinsiyet eşitsizliğinin yarattığı zorluklarla mücadele etmesi cinsiyetler arasında fiziksel aktivite farklılığına yol açması gerektiğini düşünmekteyiz. Düşüncemizi destekleyen bir çok çalışma mevcuttur (Güner, 2015; Miller ve Brown, 2005; Şahin ve Kocabulut, 2014). Karaca, (2008) erkeklerin şiddetli spor aktivite ortalamasının kadınlara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Tavzar, vd. (2016) de çalışmasında cinsiyete göre fiziksel fonksiyonun, genel sağlığın, enerjinin, sosyal fonksiyonun, rol güçlüğüne ve yaşa göre vitalite/enerjinin ve mental sağlık fonksiyonlarının anlamlı düzeyde farklılaştığını bulmuştur. Ayrıca başka bir çalışmada cinsiyet değişkeni ile spora ilgi duyma, sporla yaşama ve aktif spor yapma düzeyi arasında istatistikî olarak anlamlı farklılıklara rastlanmıştır (Varol, Varol ve Türkmen, 2017).

Gelir düzeyine göre fiziksel aktivitelerde anlamlı düzeyde farklılıklara rastlanmıştır. Gelir düzeyi yüksek olan kişilere fiziksel aktiviteye katılım oranlarının fazla olmasının nedeni olarak özel spor kulüplerinin, crossfit sahaları/salonlarının, macera parkurlarının, özel rekreasyon alanlarının ücretlerinden kaynaklı olduğu söylenebilir. Gelir seviyesi konforlu ve spor yapma inkanı sunmaktadır.

Düşük gelirli kişilerin ise kaynakları kısıtlı spor alanlarını veya ücretsiz yararlanabileceği spor alanlarını tercih etmek zorunda olmasından kaynaklandığını düşünmekteyiz. Bu durumda düşük gelirli spora yakınlaştırmayabilir. Pehlivan, Ada ve Öztaş (2017) çalışmasında sağlıklı yaşam ile medeni durumun, eğitimin ve ekonomik gelirin farklılığını araştırmış ve anlamlı farklılığa rastlamayarak çalışma sonucumuzu desteklemektedir. medeni duruma göre fiziksel aktive düzeyinde anlamlı farklılık bulunamamıştır. Evli insanların sorumlulukları bekar insanlara göre fazladır. Bu durumda kişiler serbest zaman elde edememekte veya spor aktivite sürelerini en aza indirmek zorunda kalabileceğini düşünmekteyiz. Ancak Kılıç (2017) ağırlıklı yaşam üzerine yapılan bir çalışmada medeni duruma ve eğitim durumuna göre farklılıklar tespit edilmiştir. Evlililerin sağlıklı yaşam puanlarının daha yüksek olduğunu ve eğitim seviyesi arttıkça sağlıklı yaşam puanının da arttığını bulgularıyla tam tersi sonuç elde etmiştir.

Sporun yaygınlaşması ve rol model olunması için sivil toplum kuruluşları bünyesinde olan çalışanların ulaşılabilir medya aracılığıyla katılım düzeylerini kuruluş içerisinde bulunan herkes göstermeleri bir etkileşim yaratacak ve özendirici bir rol üstlenilmesini sağlayacaktır. Sosyal medya platformları sayesinde bu kişilerin çeşitli etkinlikler düzenlemesi kuruluş gönüllüsü olan bireyleri spora davet etmelerine yol açacaktır. Pek çok dernek, sendika, kulüp toplum içerisinde sivil toplum örgütü işlevi görmektedir. Devletten bağımsız olan ancak devletin bir parçası olan bu örgütler sayesinde toplumsal çevre düzenlenmekte, aynı özellikleri ve amaçlara sahip bireyler bir araya gelerek fikir ve taleplerini rahatlıkla bildirmektedirler. Özellikle son yıllarda sivil toplum kuruluşları ülkenin gündemine yön veren ve bu gündemi belirleyen bir rol üstlenmekte, sivil toplum kuruluşlarına olan katılım her geçen gün artmaktadır. Bu bakımdan pek çok spor derneği de spor faaliyetlerini özendirmek, öğretmek ve bilinçlendirmek amacıyla sivil toplum kuruluşu rolü üstlenmektedir.

Öneriler

- ✓ Sivil toplum içerisinde bulunan bireylerin sportif aktiviteye katılımı ve bu katılıma bağlı olarak sağlıklı yaşamaları desteklenmelidir. Çünkü birey toplumun temel yapı taşıdır bireyin sağlıklı bir yaşantı sürdürmesi toplumun sağlıklı bir yaşantı sürdürmesine yol açacaktır. Öyledir ki sağlıklı bir toplum sağlık sisteminde harcanan tedavi masraflarını hafifletecek ulusun, ülkenin geleceğine etki edecektir. Bu nedenlerden dolayı kuruluşlar bünyesinde barındırdığı bireyleri bu konuda teşvik etmeli onlara yol gösterici olmalı hatta düzenli olarak katılabilecekleri sportif etkinliklere davet etmelidir.
- ✓ Kuruluşlar tütün kullanımı ve etkileriyle ilgili paydaş kurumlardan (Yeşilay, Sağlık Bakanlığı, vb.) destek alarak bünyesinde ki bireylere konferans/panel düzenlemelidir.
- ✓ Bireyler sportif aktiviteye katılım sağlamak için araştırmacı olmalı ve belediyeler, üniversiteler, bakanlıklar, spor kulüpleri, federasyonlar vb. kuruluşların tesislerinden kendi ekonomik düzeylerine uygun nasıl yararlanabilecekleri ile alakalı bilgi edinmeli ve aktiviteye başlamak için yol haritası çizmelilerdir.

KAYNAKLAR

- Açıkada, C., & Ergen, E. (1990). *Bilim ve spor*. Ankara: Büro Tek Ofset Matbaacılık, (Spor Şurası 1990) Sporda Eğitim ve Öğretim Komisyonu Raporu, Ankara (8-10).
- Akgün, N. (1982). *Egzersiz fizyolojisi*. İzmir: Ege Üniversitesi Matbaası.
- Akgün, N. (1989). *Egzersiz fizyolojisi* (3. Baskı). Ankara.
- Amman, M. T. (2000). *Spor sosyolojisi*. (Ed.: İkizler, C.) Sporda Sosyal Bilimler. İstanbul: Alfa Yayınları
- Atasoy, B., & Kuter, F. Ö. (2005). Küreselleşme ve spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 11-22.
- Avcı, G. (2000). *Türkiye de sivil toplum arayışları*. İstanbul: Demokrasi Kitaplığı.
- Balcı, V. (2003). Avrupa birliği ve spor. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 53-66.

- Bilge, M. (2000). Türk bayan hentbol milli takımı oyuncularının somatotip profilleri ve yabancı ülke sporcuları ile karşılaştırılması. *Spor Araştırmaları Dergisi*, 4(1).
- Çaha, Ö. (2003). *Aşkın devletten sivil topluma*. Gendaş A.Ş. Yayınları. İstanbul.
- Çaha, Ö. (2006). *Bir kez daha sivil toplum*. <http://www.siviltoplum.com.tr> (Son erişim tarihi: 15.06.2006).
- Çulhaoğlu, M. (2001). *Devlet, Sivil Toplum ve Demokratikleşme, Sivil Toplum: Devletin Büyümesi*. YGS Yayınları. İstanbul.
- Devecioğlu, S., & Çoban, B. (2005). Spor kulüplerinin sivil toplum örgütü olarak toplumsal işlevi. *Siyaset ve Toplum Dergisi*, 3, 181-191.
- Ercan, H. (2002). Türkiye’de sivil toplum tartışmaları üzerine. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 26(1), 69-79.
- Erkal, N. (1992). *Sosyolojik açıdan spor.*, İstanbul: Kutsun Matbaa ve Reklamcılık Merkezi.
- Erkal, N. (1998). *Yaşam boyu spor*. Ankara.
- Erözden, O. (2001). *STK’lar ve hukuki çerçevede yenilik talepleri üzerine notlar, merhaba sivil toplum*. Der: Taciser Ula, Ankara: Helsinki Yurttaşlar Derneği Yayınları.
- Güner, B. (2015). The evaluation of the problems related to the women’s not being able to participate in recreation activities. *Journal of International Sport Sciences*, 1(1), 22-29.
- Güneş, İ. (2004). Sivil toplum kuruluşları. *Son Baskı Sanal Dergi*, 1(5), 10-20.
- Haşlak, İ., & Gülener, S. (2010). *Sosyal ve siyasal düşüncede sivil toplum tartışmaları ve toplulukçu düşüncede topluluk, birey ve devlet anlayışı*. III. Uluslararası STK’lar Kongresi, 3-9.
- İnal, A. N. (2003). *Beden eğitimi ve spor bilimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karaca, A. (2008). Yetişkin bireylerde orta ve yüksek şiddetli fiziksel aktivitenin cinsiyete göre incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 54-62.
- Karasar, N. (2004). *Bilimsel araştırma yöntemi* (13. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Keyman, F. (2004a). “*Sivil toplum, sivil toplum kuruluşları ve türkiye*” sivil toplum ve demokrasi konferans Yazıları no 4, İstanbul Bilgi Üniversitesi, http://stk.bilgi.edu.tr/docs/keyman_std_4.pdf (son erişim tarihi 15.03.2005).
- Keyman, F. (2004b). “*Türkiye’de ve Avrupa’da sivil toplum*” sivil toplum ve demokrasi konferans yazıları no 3, İstanbul Bilgi Üniversitesi, http://stk.bilgi.edu.tr/docs/keyman_std_3.pdf (son erişim tarihi 15.03.2005).
- Kılıç, L. (2017). *Beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının bazı değişkenlere göre değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Lewis, D. (2001). *The management of non-governmental development organizations: An introduction*. Routledge Taylor & Francis Group, UK.
- Mostashard, A. (2005). An Introduction to Non-Governmental Organizations (NGO) Management. Iranian Studies Group, <http://web.mit.edu/isg/NGOManagement.pdf> (son erişim tarihi 16. 05. 2009).
- Miller, Y. D., & Brown, W. J. (2005). Determinants of active leisure for women with young children an “ethic of care” prevails. *Leisure Sciences*, 27(5), 405-420.
- Pehlivan, Z., Ada, E. N., & Öztaş, G. (2017). Ev kadınlarının sosyal görünüş kaygıları ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *Spor Bilimleri Dergisi*, 28(1), 11-23.
- Sağlam, M., Arıkan, H., Savci, S., Inal-Ince, D., Bosnak-Guclu, M., Karabulut, E., et al. (2010). International physical activity questionnaire: reliability and validity of the Turkish version. *Percept Mot Skills*, 111(1), 278-284
- Sarıbay, A. Y. (1998). *Türkiye’de demokrasi ve sivil toplum, küreselleşme-sivil toplum ve islâm*. Ankara: Vadi Yayınları.
- Sarıbay, A. Y. (2000). *Global bir bakışla politik sosyoloji*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Sunay, H. (2000). Türkiye’de sporun yaygınlaştırılması. *Milli Eğitim Dergisi*, 147.
- Şahin, İ., & Kocabulut, Ö. (2014). Sportif rekreasyon aktivitelerine düzenli katılımı engelleyen faktörlerin incelenmesi: Akdeniz üniversitesi turizm fakültesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Journal of Recreation and Tourism Research (JRTR)*, 1(2), 46-67.
- Şanlı, E., & Güzel, N. A. (2009). Öğretmenlerde fiziksel aktivite düzeyi-yaş, cinsiyet ve beden kitle indeksi ilişkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(3), 23-32.
- Talas, M. (2011). Sivil Toplum Kuruluşları Ve Türkiye Perspektifi. *Türklük Bilimi Araştırmaları*, (29), 387-401.

- Tavazar, H., Erkaya, E., Yavaş, Ö., Zerengök, D., Güzel, P., & Özbey, S. (2016). Lise eğitimi alan genç erişkinlerin fiziksel aktivite ve yaşam kalitesi arasındaki farklılıklarının incelenmesi (Manisa ili örneği). *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(Special Issue 1), 496-510.
- Varol, R., Varol, S., & Türkmen, M. (2017). Bartın üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin spora yönelik tutumlarının belirlenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3(2), 316-329.
- Yetim, A. (2015). *Sosyoloji ve spor*. Berikan Yayınları. Ankara:
- Yıldıran, İ., & Yetim, A. (1996). Ortaöğretimde beden eğitimi derslerinin öncelikli amaçları üzerine bir araştırma. *G.Ü. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, (1), 3-37.



Response of Zinc Levels During Aerobic Exercise: A Special Connection between Increased Metabolic Stress and Altered Oxidant to Antioxidant Balance

“Aerobik Egzersiz Sırasında Çinko Seviyelerinin Cevabı: Artan Metabolik Stres İle Değişen Oksidan Ve Antioksidan Denge Arasında Özel Bir Bağlantı”

Hüsamettin KAYA¹ & Seda UĞRAŞ² & Çağrı ÖZDENK³

REVIEW

History

Received: 28 Eylül 2022

Accepted: 15 Aralık 2022

Published: 31 December 2022

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliasr.35>

Authors Communications

1- Faculty of Health Sciences, Munzur University, Tunceli, TÜRKİYE

husamettinkaya@munzur.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0002-3442-0447>

2- Department of Physiology, Faculty of Medicine, Mardin Artuklu University, Mardin, TÜRKİYE

sedaugras@artuklu.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0002-5768-7611>

3- (Corresponding Author) Department of Physical Education and Sports High School, Çoruh University, Artvin, TÜRKİYE

cagriozdenk@artvin.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0001-7895-2667>

Acknowledgement

All authors contributed to the conception and design of the study.

Funding

Funding This study received no specific financial support.

Conflict of Interests

The authors declare that they have no conflict of interests.

Transparency

The authors confirm that the manuscript is an honest, accurate, and transparent account of the study was reported; that no vital features of the study have been omitted; and that any discrepancies from the study as planned have been explained.

Ethical

This study follows all ethical practices during writing.

Additional Info

This article was created from a part of the doctoral thesis titled "Effects of Leg Strength and Eye, Hand and Foot Preferences of Elite Alpine Skiers on Their Race Performance" in 2018.

Citation

Kaya, H., Uğraş, S., & Özdenk, C. (2022). Response of Zinc Levels During Aerobic Exercise: A Special Connection between Increased Metabolic Stress and Altered Oxidant to Antioxidant Balance, *Anatolia Sport Research*, 3(3):43-48.

ABSTRACT

Aim: It was aimed to evaluate aerobic exercise induced metabolic stress on plasma zinc levels and its connection with oxidant antioxidant status.

Material and Method: Thirty sedentary male performed a 45 minutes of running exercise at the work load correspond to lactate threshold reflecting moderate aerobic intensity. Blood samples were taken before and after exercise. Plasma zinc, malondialdehyde (MDA), total oxidant status (TOS) and total antioxidant status (TAS) were measured using HPLC and ELISA kits.

Results: Exercise resulted significant decreases in zinc levels which is closely associated with increased TOS and MDA levels.

Conclusion: Zinc shows great influence on aerobic exercise induced increased metabolic stress as indicated with significant alteration in TOS, TAS and MDA levels. Thus zinc supplement should be considered during long period high intensity exercise to support muscle damaged.

Keywords: Exercise, Zinc, Oxidative stress, TAS, TOS

ÖZET

Amaç: Aerobik egzersize bağlı metabolik stresin plazma çinko düzeyleri ve oksidan antioksidan durumu ile ilişkisinin değerlendirilmesi amaçlandı.

Gereç ve Yöntem: Otuz sedanter erkek, orta derecede aerobik yoğunluğu yansıtan laktat eşliğine karşılık gelen iş yükünde 45 dakikalık koşu egzersizi yaptı. Egzersiz öncesi ve sonrası kan örnekleri alındı. Plazma çinko, malondialdehit (MDA), toplam oksidan durumu (TOS) ve toplam antioksidan durumu (TAS), HPLC ve ELISA kitleri kullanılarak ölçüldü.

Bulgular: Egzersiz, artan TOS ve MDA seviyeleri ile yakından ilişkili olan çinko seviyelerinde önemli düşüslere neden oldu.

Sonuç: Çinko, TOS, TAS ve MDA düzeylerinde önemli değişiklik ile belirtildiği gibi, aerobik egzersizin neden olduğu artan metabolik stres üzerinde büyük bir etki göstermektedir. Bu nedenle, uzun süreli yüksek yoğunluklu egzersiz sırasında hasarlı kasları desteklemek için çinko takviyesi düşünülmelidir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, Çinko, Oksidatif stres, TAS, TOS

INTRODUCTION

It is generally accepted that physical activity is a valuable tool in the preventative and treatment strategy for many cardiorespiratory and metabolic diseases and other chronic diseases (Ozcelik et al., 2015 & Sietsema et al., 2020). In addition to many beneficial effects of exercise on improvement of body composition, increased fat oxidation, insulin homeostasis, exercise has significant impacts on increased metabolic stress, impairment of oxidant antioxidant status and disarranged of levels of some trace elements (Algul et al., 2019).

Zinc (Zn) is one of the important trace elements that have significant roles in energy metabolism and antioxidant effects (Gulbahce et al., 2021 & Ugurlu et al., 2022). The zinc transport and buffer protein systems are two important factor regulating zinc homeostasis between cell, blood and body (Chu et al., 2016). Impaired cardiorespiratory function and reduced muscle activity during exercise in zinc depleted subjects has been shown (Lucasci, 2005). Thus zinc becomes an important element when considering the subject's physical activity and fitness status levels. Exercise is known to increase malondialdehyde (MDA) levels (Algul et al., 2018). The alteration the levels of total antioxidant status (TAS) and total oxidant status (TOS) during exercise has been reported (Thirupathi et al., 2021 & Ugras et al., 2022). The any possible connection between metabolic stress oxidative stress and zinc levels needs to be investigated. The purpose of this study was to evaluate the impact of aerobic exercise induced increased metabolic stress determined as the change of malondialdehyde, total oxidative status (TOS) and total antioxidant status (TOS) on serum zinc levels in young sedentary males.

MATERIAL AND METHODS

Total of 30 healthy male (age: 22.5 ± 1.8 yrs, BMI: 21.8 ± 1.7 kg/m²) performed an approximately 45 min of running test (between 08:00 A.M. to 09:00 A.M.). The subjects were instructed to avoid any heavy exercise before the test (at least 72 hours). The exercise intensity established using the lactate threshold which was estimated from the percent of age predicted maximal heart rate values (Ugras and Ozcelik 2020). Polar hear rate monitor used to adjust to follow exercise training heart rates. Ethical approval was obtained from the local ethical committee. He subjects should be in sedentary condition with normal body composition (BMI between 18.5 kg/m² to 25 kg/m²). The subjects did not include who has smoking, taking alcohol or any medication, or any metabolic or cardiovascular diseases. Body composition analysis were performed using foot to foot bioelectrical impedance analysis (Ugras, 2020)

Blood samples (5 ml) were taken before and immediately at the end of the test in to the EDTA containing tubes. Then, the samples centrifuged, serum separated and stored in -80 C until the analysis. A flame atomic absorption spectrometer and HPLC used to determine Zn and MDA levels, respectively. During exercise total antioxidant status (TAS) and total oxidant status (TOS) were determined using Enzyme Linked Immunosorbent assay (ELISA).

The data were expressed mean \pm SE. A paired-t test used to analyse the significance of pre-post exercise data. Linear regression analyses used to compare changes of MDA, TAS, TOS and Zinc P<0.05 as accepted as statistically significant.

RESULTS

Aerobic exercise induced metabolic stress caused significant changes in MDA, zinc, oxidant and antioxidant status of the subjects. Exercise lead to a significant decrease in zinc level from baseline (mean±SE) value of $1.3266 \pm 0.03 \mu\text{mol/L}$ to $1.023 \pm 0.02 \mu\text{mol/L}$ at the end of the test ($p < 0.05$).

In contrast, exercise caused a significant increase in MDA level from baseline value of $0.834 \pm 0.02 \mu\text{mol/L}$ to $1.139 \pm 0.02 \mu\text{mol/L}$ at the end of the test ($p < 0.05$). As shown in Figure 1, there was a negative significant correlation between increased MDA and decrease in Zn levels: $R : -0.56223$ ($p = 0.0001$).

Exercise caused significant increase in TOS levels: from onset $13.83 \pm 0.47 \text{ mmol/L}$ to $19.54 \pm 0.77 \text{ mmol/L}$ end of exercise and significant decrease in TAS from onset $1.023 \pm 0.01 \text{ mmol/L}$ to end of exercise $0.834 \pm 0.01 \text{ mmol/L}$.

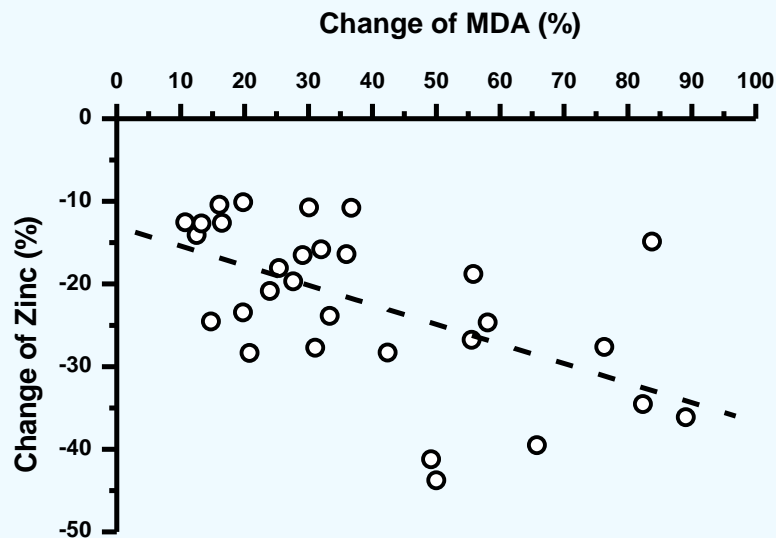


Figure 1. Negative Linear Correlation Between Percent Change Of MDA And Zinc Levels During Exercise ($R = -0.56223$, $p = 0.001$).

In addition, a negative significant correlation between change of TOS and zinc levels has been observed. (Figure 2).

We have observed no significant correlation between change of zinc levels and total antioxidant status ($R = 0.07046$, $p = 0.7$)

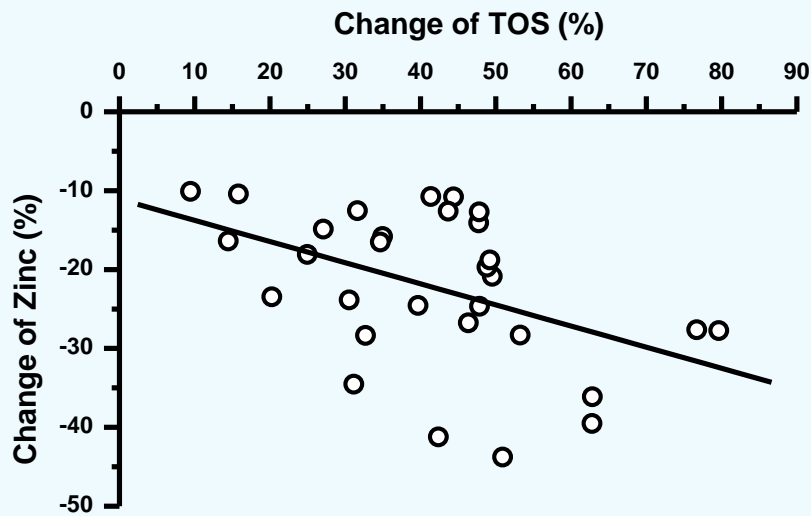


Figure 2. Negative Linear Correlation Between Percent Change Of Total Oxidant Status (TOS) And Zinc Levels During Exercise ($R = -0.45861$, $p = 0.01$).

DISCUSSION AND CONCLUSIONS

Aerobic running exercise that indicates moderate intensity, caused markedly increase in metabolic stress as determined by and 38% of increase in MDA levels (Ozcelik and Karatas, 2008 & Algul et al., 2018). Interestingly, during acute aerobic exercise, decreased zinc levels have been correlated with increased lipid peroxidation markers (i.e. MDA) (Figure 1).

Muscular contraction has also significant impacts of plasma zinc levels leading systematic decreases (-22%) (Chu et al., 2016, Algul et al., 2022). Aerobic exercise is also lead to significant decrease in TAS (-18%) and significant increase in TOS (41%) (Ugras and Dalkılıç, 2021).

The present study revealed that aerobic exercise at the moderate intensity has significant disturbance to body zinc homeostasis which is closely related altered metabolic stress. This is because antioxidant effects of zinc in human health and diseases has been shown (Olechnowicz e al., 2018 & Prasad and Bao, 2019). Actually exercise induced increased oxidant production could be a stimulus to muscle adaptation to imposed exercise (Bailey et al., 2007).

During exercise, increase in metabolic stress and decrease in antioxidant vitamin levels has been shown (Ozcelik and Karatas, 2008). In addition, antioxidant supplement prior to the exercise protects against exercise induced metabolic impairments (de Oliveira et al., 2019)

In this study, the subjects group contained healthy and performing not a regular exercise training. It is known that fitness status of the subjects may have an impact on oxidative stress levels (Ozcelik et al., 2005 & Toro-Román et al., 2022) determined by an increased MDA and TOS. It has been reported that zinc has significant impacts on muscle regeneration (Hernández-Camacho et al., 2020) and protection on neurodegeneration (Algul et al., 2021).

The observation of association between decreased Zn and increased metabolic stress during aerobic exercise may lead a consideration of additional zinc supplementation in subjects with higher metabolic stress. Considering the beneficial effects of zinc in oxidative stress induced muscle damaged, zinc supplementation could be requiring after exercise.

REFERENCES

- Algul, S., Ugras, S., Kara, M. (2018). Comparative evaluation of MDA levels during aerobic exercise in young trained and sedentary male subjects. *Eastern Journal of Medicine*, 23(2): 98–101.
- Algul, S., Bengu, A.S., Baltaci, S.B., Ozcelik, O. (2019). Effects of morning and nocturnal soccer matches on levels of some trace elements in young trained males. *Cellular and Molecular Biology (Noisy-le-grand)*, 65(2): 32-36.
- Algul, S., Kapan, O., Bengü, A.Ş. (2021). Investigation of some trace element levels in multiple sclerosis. *Kastamonu Medical Journal*, 1(1), 1–4.
- Algul, S., Baltaci, S.B., Bengu, A.S., Ozcelik, O. (2022). Response of some trace elements to soccer match performed different times of day in young sedentary male: exercise time and trace elements. *Progress in Nutrition*, 24(1):e2022009.
- Bailey, D.M., Lawrenson, L., McEneny, J., Young, I.S., James, P.E., Jackson, S.K., Henry, R.R., Mathieu-Costello, O., McCord, J.M., Richardson, R.S. (2007). Electron paramagnetic spectroscopic evidence of exercise-induced free radical accumulation in human skeletal muscle. *Free Radical Research*, 41(2): 182-190.
- Chu, A., Petocz, P., Samman, S. (2016). Immediate effects of aerobic exercise on plasma/serum zinc levels: A meta-analysis. *Medicine and Science in Sports Exercise*, 48(4): 726-733.
- Gulbahce-Mutlu, E., Baltaci, S.B., Menevse, E., Mogulkoc, R., Baltaci, A.K. (2021). The effect of zinc and melatonin administration on lipid peroxidation, IL-6 levels, and element metabolism in DMBA-induced breast cancer in rats. *Biological Trace Elements Research*, 199(3): 1044-1051.
- Hernández-Camacho, J.D., Vicente-García, C., Parsons, D.S., Navas-Enamorado, I. (2020). Zinc at the crossroads of exercise and proteostasis. *Redox Biology*, 35: 101529.
- Lukaski, H.C. (2005). Low dietary zinc decreases erythrocyte carbonic anhydrase activities and impairs cardiorespiratory function in men during exercise. *American Journal of Clinical Nutrition*, 81(5):1045-1051.
- Olechnowicz, J., Tinkov, A., Skalny, A., Suliburska, J. (2018). Zinc status is associated with inflammation, oxidative stress, lipid, and glucose metabolism. *The Journal of Physiological Science*, 68(1): 19-31
- de Oliveira, D.C.X., Rosa, F.T., Simões-Ambrósio, L., Jordao, A.A., Deminice, R. (2019). Antioxidant vitamin supplementation prevents oxidative stress but does not enhance performance in young football athletes. *Nutrition*, 63-64: 29-35.
- Ozcelik, O., Ozkan, Y., Karatas, F., Kelestimur, H. (2005). Exercise training as an adjunct to orlistat therapy reduces oxidative stress in obese subjects. *The Tohoku Journal of Experimental Medicine*, 206(4): 313-8.
- Ozcelik, O., Ozkan, Y., Algul, S., Colak, R. (2015). Beneficial effects of training at the anaerobic threshold in addition to pharmacotherapy on weight loss, body composition, and exercise performance in women with obesity. *Patient Preference and Adherence*, 9:999-1004.
- Özçelik, O., Karataş F. (2008). Şiddetli düzenli olarak artan işe karşı yapılan egzersizin obezlerde serum malondialdehid ve vitamin A, E, C düzeyleri üzerine olan etkisi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 22(6):337-341.
- Prasad, A.S., Bao, B. (2019). Molecular mechanisms of zinc as a pro-antioxidant mediator: clinical therapeutic implications. *Antioxidants (Basel)*, 8(6):164.
- Sietsema, K. E., Stringer, W. W., Sue, D. Y., Ward, S. (2020). Wasserman & Whipp's: principles of exercise testing and interpretation: including pathophysiology and clinical applications. *Lippincott Williams & Wilkins*.
- Thirupathi, A., Wang, M., Lin, J.K., Fekete, G., István, B., Baker, J.S., Gu, Y. (2021). Effect of different exercise modalities on oxidative stress: a systematic review. *BioMed Research International*, 2021:1947928.

- Toro-Román, V., Siquier-Coll, J., Bartolomé, I., Grijota, F.J., Muñoz, D., Maynar-Mariño, M. (2022). Influence of physical training on intracellular and extracellular zinc concentrations. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 19(1): 110-125.
- Ugras, S., Algul, S., Ozdenk, C. (2022). Comparatively evaluating the effects of exercising at the anaerobic threshold on oxidative stress and serum levels of leptin, nesfatin-1 and irisin in sedentary male and females. *Progress in Nutrition*, 24(1):e2022022.
- Ugras S. (2020). Evaluating of altered hydration status on effectiveness of body composition analysis using bioelectric impedance analysis. *Libyan Journal of Medicine*, 15(1): 1741904.
- Ugras, S., Ozcelik, O. (2020). Impact of exercise induced skeletal muscle strain on energy regulatory hormones of irisin and nesfatin-1 in sedentary males. *Turkish Bulletin of Hygiene and Experimental Biology*, 77: 227-232.
- Uğraş, S., Dalkılıç, M. (2021). Effects of aerobic exercise induced oxidative stress on energy regulatory hormones of irisin and nesfatin-1 in healthy females. *Kastamonu Medical Journal*, 1(1), 5–8.
- Ugurlu, I., Baltaci, S.B., Unal, O., Mogulkoc, R., Ucaryilmaz, H., Baltaci, A.K. (2022). Chronic running exercise regulates cytotoxic cell functions and zinc transporter SLC39A10/ZIP10 levels in diabetic rats. *Biological Trace Elements Research*, 200(2):699-705.