



Issn :1302-2040

ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU  
ATATURK UNIVERSITY DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT SCIENCES

# BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

## Journal of Physical Education and Sport Sciences

Editör/ Editor Chief

Prof. Dr. Mahir UĞUR

Editör Yardımcısı / Editor

Yrd. Doç. Dr .Elif ŞIKTAR

Yayın Koordinatörü  
Publishing Coordinator

Yrd. Doç. Dr. Erdiç ŞIKTAR

### ARAŞTIRMA YAZILARI / ORIJINAL ARTICLES

- ◆ 10-14 Yaş Çocuklarda Tenis Becerisinin Gelişimine Etki Eden Faktörlerin Değerlendirilmesi  
Burçin ÖLÇÜCÜ ve ark.
- ◆ K.K. Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin İncelenmesi  
Öner GÜLBAHÇE
- ◆ Erzurum Halkının Kış Sporları Turizmine Karşı Tutumları  
Kenan ŞEBİN ve ark.
- ◆ Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Lisans ve Lisansüstü Öğrencilerinde Marka Tercihinde Etkili Olan Unsurların Araştırılması  
A. Gökhan YAZICI ve ark.
- ◆ 12-14 Yaş grubu Basketbol Oyuncularının Çabukluk ve Sıçrama Yetilerine Farklı Kuvvet Antrenmanlarının Etkisi  
Ali KIZILET ve ark.

# BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

Journal of Physical Education and Sport Sciences

CİLT / VOLUME: 12

SAYI / NUMBER: 2

YIL / YEAR:2010

ISSN:1302-2040

## EDİTÖR/EDITOR

Dr. Mahir UĞUR, Erzurum

## EDİTÖR YARDIMCISI/ASSOCIATE EDITOR

Dr. Elif ŞIKTAR, Erzurum

## YAYIN KOORDİNATÖRÜ/PUBLISHING COORDINATOR

Dr. Erdiç ŞIKTAR, Erzurum

## İNGİLİZCE DANIŞMANLARI/ENGLISH CONSULTANTS

Dr. Mustafa GÜL, Erzurum

Dr. Sedat AKAR, Erzurum

## İSTATİSTİK DANIŞMANLARI/STATISTICAL CONSULTANTS

Dr. Başaran GENÇDOĞAN, Erzurum

Dr. Meltem Alkan MELİKOĞLU, Erzurum

## BİLİMSEL DANIŞMA KURULU/ EDITORIAL BOARD

Dr. Caner AÇIKADA, Ankara  
Dr. Fatih AKÇAY, Erzurum  
Dr. Gül BALTACI, Ankara  
Dr. Şenol DANE, Ankara  
Dr. Gazanfer DOĞU, Bolu  
Dr. Güner EKENCİ, Ankara  
Dr. Mehmet GÜNAY, Ankara  
Dr. Özbay GÜVEN, Ankara  
Dr. Faik İMAMOĞLU, Ankara  
Dr. Suat KARAKÜÇÜK, Ankara  
Dr. Ahmet KIZILTUNÇ, Erzurum  
Dr. Osman İMAMOĞLU, Samsun  
Dr. Feza KORKUSUZ, Ankara  
Dr. Kazım ŞENEL, Erzurum  
Dr. Ömer ŞENEL, Ankara  
Dr. Kemal TAMER, Ankara  
Dr. Yunus ÖZTAŞYONAR, Erzurum

Dr. Azmi YETİM, Ankara  
Dr. İbrahim YILDIRAN, Ankara  
Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL, Amasya  
Dr. Erdal ZORBA, Ankara  
Dr. Hülya AŞÇI, Ankara  
Dr. Akın ERDAL, Erzurum  
Dr. İlhami GÜLÇİN, Erzurum  
Dr. Recep GÜRSOY, Erzurum  
Dr. Nevin Atalay GÜZEL, Ankara  
Dr. Ayşe Kin İŞLER, Ankara  
Dr. Saliha KARATAY, Erzurum  
Dr. Kadir YILDIRIM, Erzurum  
Dr. Sema ALAY, Ankara  
Dr. Velittin BALCI, Ankara  
Dr. Şebnem CENGİZ, Şanlıurfa  
Dr. İbrahim CİCİOĞLU, Ankara  
Dr. Fatih KIYICI, Erzurum

Dr. Zafer ÇİMEN, Ankara  
Dr. Erkan ÇALIŞKAN, Erzurum  
Dr. Hüseyin EROĞLU, Erzurum  
Dr. Zinnur GEREK, Erzurum  
Dr. Murat KALDIRIMCI, Erzurum  
Dr. Dursun KATKAT, Erzurum  
Dr. Necip Fazıl KİŞHALI, Erzurum  
Dr. Hakan SUNAY, Ankara  
Dr. İlhan ŞEN, Erzurum  
Dr. Mehmet TUNÇKOL, Tokat  
Dr. Fatih YENEL, Ankara  
Dr. Ümit KARLI, Bolu  
Dr. H.Alper GÜNGÖRMÜŞ, Ağrı  
Dr. Önder ŞEMŞEK, Bolu  
Dr. Sümmani EKİCİ, Muğla  
Dr. Latif AYDOS, Ankara  
Dr. A.Haktan SIVRİKAYA, Erzurum

### **Amaç ve Kapsam**

Beden eğitimi ve spor bilimleri dergisinin temel hedefi uluslar arası düzeyde nitelikli, sürekli ve beden eğitimi ve spor alanında periyodik olarak bilimsel açıdan en üst düzeyde orijinal araştırmaları yayınlamaktır. Bununla beraber spor bilimleri ile ilgili temel yenilikleri kapsayan derleme yazıları, olgu sunumları, beden eğitimi ve spor camiasının konular hakkındaki deneyimlerini ve eleştirilerini içeren mektuplar ile güncel mesleki konular da yayınlanır.

### **Yayın Periyodu**

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nun süreli yayın organı olup, bağımsız ve önyargısız hakemlik ilkesine dayanan bilimsel içerikli, yayın dili Türkçe olan, ulusal, periyodik bir dergidir. Mart, Haziran, Eylül ve Aralık aylarında olmak üzere yılda 4 kez yayınlanır.

### **Abone işlemleri**

Dergiye abone olmak isteyen kişiler Beden eğitimi ve spor bilimleri dergisi iletişim adresine başvurmalıdır.

### **Reklam işlemleri**

Dergiye reklam vermek isteyen tüm kişi ve kurumların dergi iletişim adresine başvurmaları gerekmektedir

### **Yazarlara bilgi**

Yazarlara bilgi, dergi sayfalarında ve [www.atabesbd@atauni.edu.tr](http://www.atabesbd@atauni.edu.tr) web sayfasında yayınlanmaktadır.

### **Yayın hakkı**

Atatürk beden eğitimi ve spor bilimler dergisinde yayınlanan yazı, resim, şekil ve tablolar yayıncının izni olmadan kısmen veya tamamen herhangi bir nedenle basılamaz, çoğaltılamaz. Referans göstermek kaydıyla özetleme ve alıntı yapılabilir. Dergide yayınlanan yazı, şekil ve resimlerden yazarları, ilan ve reklamlardan firmaları sorumludur.

### **Yazışma Adresi / Correspondence Address**

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (atabesbd)  
Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu  
25240 ERZURUM/ TÜRKİYE  
[Tel:\(0442\) 2312234](tel:04422312234) • Faks:(0442) 2360985  
e-posta: [atabesbd@atauni.edu.tr](mailto:atabesbd@atauni.edu.tr)

### **Dizgi, Baskı**

Mega ofset, Erzurum

## YAZARLARA BİLGİ

### Yayın Kuralları

Atatürk Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisine gönderilen yazılar, yayın ve bilim kurulu üyeleri tarafından kapsam ve düzen açısından uygun görülmelidir. Yayın kurulu yayın koşullarına uymayan yazıları yayınlamamak, düzeltmek üzere yazarına geri göndermek ve biçimce düzenlemek yetkisine sahiptir. Yazının özüne dokunmadan her türlü düzeltme ve kısaltmalar yapılabilir. Yayınlanmak üzere dergiye gönderildikten sonra yazarlardan hiçbiri, tüm yazarların yazılı izni olmadan yazar listesinden silinemez ve hiçbir isim yazar olarak eklenemez veya yazar sırası değiştirilemez. Tüm yazılar editör ve ilgili editör yardımcısı ile en az iki danışman hakem tarafından incelenir. Editör ofisi gerek gördüğünde makaleyi üçüncü bir hakeme gönderebilir.

Dergide basılacak yazılar başka herhangi bir yerde yayınlanmamış olmalıdır. Bilimsel toplantılarda tebliğ edilen çalışmalarda bilimsel toplantının yeri ve tarihi belirtilmelidir. Yazıların bilimsel sorumluluğu yazara ait olup yazıların içeriğinden ve kaynakların doğruluğundan yazarlar sorumludur. Eğer makalede daha önce yayınlamış; alıntı yazı, tablo, resim vb. varsa makale sahibi yayın hakkı sahibi ve yazarlardan yazılı izin almak ve bunu belirtmek durumundadır. Yayına kabul edilmeyen makale, resim ve fotoğraflar eğer özel olarak yazarlar tarafından geri istendiği belirtilmemiş ise yazarlara geri gönderilmez.

### Yazım Kuralları

1. Yazım PC uyumlu bilgisayarda Microsoft Word Windows programı ile Arial veya Times New Roman karakteriyle yazılmalı, A4 sayfa büyüklüğünde beyaz kağıda ve kâğıdın tek yüzüne kâğıdın sol kenarında 2,5, sağ kenarında 2,5, üst ve alt kenarlarında 2,5'er cm. boşluk bırakılacak şekilde yazılmalıdır. Tümünde harf büyüklüğü 12 punto olmalıdır. Ancak, çalışmanın adı 14 punto ve boldlanmış olmalı, metinde yer alan tablolarda tek sayfaya sığdırılması istendiğinde 8 veya 9 punto harfler kullanılabilir.
2. Ana yazımda 1.5 tam satır aralığı kullanılmalıdır. Şekillerin ve çizelgelerin açıklamaları ile alıntılar ve dip notların yazımında ise 1 satır aralık kullanılmalıdır. Özet, Abstract, Şekiller, Tablolar, Kısaltmalar Dizini ve Kaynaklar gibi, ana başlıklar, bölüm başlıkları ve alt bölüm başlıkları ile bunları izleyen ilk paragraf arasında kullanılan aralığa göre bir aralık; bir alt bölümün son satırı ile bir sonraki alt bölüm başlığı arasında da kullanılan aralığa göre bir aralık boşluk bırakılmalıdır. Metin içerisinde yer alan paragraflar arasında ilave aralık bırakılmamalıdır.
3. Makale kolay anlaşılır bir Türkçe ve yazım kurallarına uygun bir dille yazılmalıdır. Yazım kurallarında imla bakımından Türk Dil Kurumu'nun çıkardığı imla Kılavuzuna uyulması gerekmektedir. Anlatım üçüncü şahıs ağzından yapılmalı, kısa ve öz cümleler kullanılmalıdır. Yazımda virgül ve noktadan sonra, bir karakter boşluk bırakılmalıdır.
4. Araştırma yazıları sıra ile şu bölümlerden oluşmalıdır: Kapak başlığı, Türkçe başlık, Türkçe özet, anahtar kelimeler, İngilizce özet (konunun başlığı ile birlikte), key words, giriş, materyal ve metod, bulgular, tartışma, sonuç ve kaynaklar. Derleme ve olgu sunumları ise; kapak başlığı, Türkçe özet, anahtar kelimeler, İngilizce özet (İngilizce konu başlığı ile) ve key words sırası ile başlamalıdır. Kapak başlığı dışında isim ve kurum belirtilmemelidir. Türkçe özet bölümü azami 200 kelimedenden oluşmalıdır. İngilizce özet ise Türkçe özete denk olmalıdır.
5. **Kapak Başlığı:** Makalenin başlığı (Türkçe ve İngilizce), tüm yazarların ad ve soyadları, akademik ünvanları, bağlı oldukları kurumları, iş telefonu-GSM, e-posta ve yazışma adresleri, belirtilmelidir. Makale daha önce tebliğ edilmişse tebliğ yeri ve tarihi belirtilmelidir.

6. Araştırma yazıları ve derlemeler 10 sayfayı, olgu sunumları ise 5 sayfayı geçmemelidir.
7. Tüm tablolar grafikler veya şekiller yazının içinde yerleştirilmiş halde gönderilmemeli, her biri ayrı sayfaya basılmış şekilde gönderilmelidir. Her birine metinde geçiş sırasına göre numara verilmeli ve kısa birer başlık yazılmalıdır. Tablo, şekil ve grafiklerin yazıda nerede geçtiği belirtilmelidir. Kullanılan kısaltmalar alt kısımda mutlaka açıklanmalıdır. Özellikle tablolar metni açıklayıcı ve kolay anlaşılır hale getirme amacı ile hazırlanmalı ve metnin tekrarı olmamalıdır. Başka bir yayından alıntı yapılıyorsa yazılı baskı izni birlikte gönderilmelidir.
8. Kaynaklar listesi makale metninin sonunda ayrı bir sayfaya yazılmalıdır. Kaynaklar metinde geçiş sırası esas alınarak sıralanmalı, numara göstererek satır sonunda noktadan önce ve üst karakter şeklinde olmalıdır. (Örn<sup>1 2</sup>). Henüz yayınlanmamış veriler ve çalışmalar kaynaklar bölümünde yer almamalıdır. Bunlara metin içerisinde (isim(ler), yayınlanmamış veri, tarih) şeklinde yer verilmelidir. Kaynaklarda yazar sayısının 6 veya daha az olması durumunda tüm yazarların isimleri yazılmalıdır. Yazar sayısının altıdan fazla olması durumunda ise ilk altı yazarın ismi yazılmalı, sonrasında Türkçe makalelerde “ve ark.,” İngilizce makalelerde ise “et al.” ilave edilmelidir. Yazar isimlerinden sonra kaynak gösterilen yazının tam başlığı, dergi adı, yıl, cilt ve sayfa numaraları yazılmalıdır. Kaynaklar şu şekilde düzenlenmelidir:
  - a. Dergiler için;  
Brocq O, Breuil V, Agopian V, Grisot C, Flory P, Bernard-Pomier G et al. Reactive arthritis induced by strongyloides stercoralis. Rev Rhum Engl Ed,1996;63:217-19.
  - b. Kitaplar için;  
Ergen E. Egzersiz Fizyolojisi. Ankara: Nobel yayınevi, 2002:35-46.
  - c. Kitap bölümü için;  
Zvaifler NJ, Antimalarials. In: Mc Carty DJ, ed(s). Arthritis and Allied Conditions. Philadelphia: Lea and Febiger, 1985: 497-501.
  - d. Tez için;  
Kaplan SI. Post-hospital home health care: the elderly access and utilization (thesis). St. Louis (MO): Washington Univ; 1995.
9. Çalışma; 3 bilgisayar çıktısı (biri isimli, diğer ikisi isimsiz olacak şekilde) ve 8 gönderimlik posta ederi kadar pul ile birlikte gönderilmelidir.
10. Hakemlerden gelmiş, düzeltme için geri gönderilen ve kabul edilen makaleler düzeltmeleri yapıldıktan ve CD ye kopyalandıktan sonra dergimize gönderilmelidir.



# BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

CİLT / VOLUME: 12

SAYI / NUMBER: 2

YIL / YEAR:2010

## İÇİNDEKİLER /CONTENTS

Sayfa no

Orijinal Makaleler / Original Articles

- 
- 1-11**                    **10-14 YAŞ ÇOCUKLARDA TENİS BECERİSİNİN GELİŞİMİNE ETKİ EDEN FAKTÖRLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ**  
Evaluation of Factors Affected on Improvements of The Tennis Skills İn Children 10-14 Years Old
- Burçin ÖLÇÜCÜ, Abdullah CANIKLI, Yavuz Selim AĞAOĞLU, Ali ERZURUMLUOĞLU
- 12-22**                    **K.K. EĞİTİM FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN İNCELENMESİ**  
Evaluation of Student's Communication Skills At K.K. Educaton Faculty
- Öner GÜLBAHÇE
- 23-35**                    **ERZURUM HALKININ KIŞ SPORLARI TURİZMİNE KARŞI TUTUMLARI**  
Expectations of Erzurum's Inhabitants Concerning Winter Sports Tourism
- Kenan ŞEBİN, M.Zahit SERARSLAN, A. Gökhan YAZICI, Erdoğan TOZOĞLU, Öner GÜLBAHÇE, Mehmet YORULMAZLAR
- 36-43**                    **BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK OKULU LİSANS ve LİSANSÜSTÜ ÖĞRENCİLERİNDE MARKA TERCİHİNİDE ETKİLİ OLAN UNSURLARIN ARAŞTIRILMASI**  
The research of the effects that effect the trend choices of the undergraduate and post graduate students in college of physical education and sports.
- A. Gökhan YAZICI, Erdoğan TOZOĞLU, Kenan ŞEBİN, Özgür BOSTANCI, M. Fatih KARAHÜSEYİNOĞLU
- 44-57**                    **12-14 YAŞ GRUBU BASKETBOL OYUNCULARININ ÇABUKLUK ve SIÇRAMA YETİLERİNE FARKLI KUVVET ANTRENMANLARININ ETKİSİ**  
The Effect of The Different Strength Training on Quickness and Jumping Abilities of Basketball Players Between 12 and 14 Age Group
- Ali KIZILET, OSMAN ATILAN, İbrahim ERDEMİR

# 10-14 YAŞ ÇOCUKLARDA TENİS BECERİSİNİN GELİŞİMİNE ETKİ EDEN FAKTÖRLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Burçin ÖLÇÜCÜ<sup>1</sup>, Abdullah CANIKLI<sup>1</sup>, Yavuz Selim AĞAOĞLU<sup>1</sup>,  
Ali ERZURUMLUOĞLU<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Gaziosmanpaşa Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

<sup>2</sup> Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

## ÖZET

Bu çalışmanın amacı daha önce top ile ilgili sporlardan birini yapan gençlerle, spor yapmayan gençlerin tenis becerisi edinimine etki eden kondisyonel ve koordinatif faktörler incelenmiştir. Yapılan bu çalışmada ilköğretim düzeyinde eğitimine devam eden herhangi bir sebeple spor yapmasına engel oluşturmayan öğrencilerden seçilen iki grup alınmıştır. Grup 1: Geçmişte top ile oynanan sporlardan birini yapmış Milli Eğitim Müdürlüğü ilköğretim Okulu öğrencilerinden (n=30) oluşmuştur. Grup 2 : Geçmişte spor yapmamış (n=30) kişiden oluşturulmuştur. Grupların sahip olduğu bazı özelliklerin sabitleştirilmesi yada bazı değişkenlerin izole edilmesi için; deneklerin yaş cinsiyet, tekrar sayısı (tenis topuna vuruş sayısı), eğitim yöntemi, uygulama koşulları (gün, saat) bakımından benzer yapıda olmalarına özen gösterilmiştir. Deneklere 6 hafta boyunca haftada 2 gün 2'şer saat (10 – 12 arası) tenis eğitimi verilmiştir. Bireylerin hiç tenis eğitimi almadan ilk ölçümleri alınmıştır. Daha sonra 3. hafta ve 6. hafta aynı ölçümler tekrarlanmıştır. 1. ve 2. gruba 6 haftalık tenis eğitimi verilmiştir. Eğitim süresince her iki gruba da ön test, ara-test ve son-test uygulanmıştır. Yapılan testler el kavrama kuvveti, durarak uzun atlama, esneklik, çabukluk, reaksiyon süresi, denge, koordinasyon testi ve tenis beceri (Hewitt) testleridir. 1. ve 2. gruplar karşılaştırıldığında; 1, 2 ve 3. ölçümlerde görsel ve işitsel reaksiyon süresi, baskın ve çekinik el kavrama kuvveti, çeviklik, denge, % yağ ölçümleri arasında anlamlı fark bulunmazken 1.2. ve 3. ölçümlerde durarak uzun atlama parametresinde 1. grubun lehine anlamlı fark bulunmuştur (P<0,05) 1.ve 2. grup arasında 1. ölçümlerde 1. grubun lehine esneklik ve baskın el koordinasyonu parametrelerinde anlamlı fark bulunmuştur (P<0,05). 1. ve 2. grup arasında 2. ölçümlerde 1. grubun lehine çekinik el koordinasyonu ve çeviklik parametresinde anlamlı fark bulunmuştur (P<0,05). 1. ve 2. grup arasında 3. ölçümlerde 1. grubun lehine esneklik, çekinik el koordinasyonu parametresinde anlamlı fark bulunmuştur (P<0,05). 1. grupta; 1. ölçümle 3. ölçüm arasında 3. ölçüm lehine anlamlı fark olan parametreler; görsel reaksiyon süresi çeviklik, denge, çekinik el koordinasyonudur. 2. grupta 1. ölçümle 3. ölçüm arasında 3. ölçüm lehine anlamlı fark olan parametreler, denge ve çekinik el koordinasyonudur. Tenis beceri testi (Hewitt) sonuçlarına göre her iki grup arasında her üç ölçümde de anlamlı fark bulunmamasına karşılık, tekrarlayan ölçümlere bakıldığında 1. ve 2. grubun birinci ve ikinci ölçümleri arasında anlamlı fark bulunmuştur (P<0,05). Ayrıca 1. ve 2. grubun tenis beceri testlerinde tekrarlayan ölçümler arasında yapılan varyans analizi sonucuna göre anlamlı fark bulunmamıştır (P>0,05). Her iki araştırma grubunun tenis beceri testi ile koordinasyon testi arasında ilişki düzeylerine bakıldığında; 1. ölçümler arasında yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur. İkinci ölçümler arasında ve 3. ölçümler arasında ilişki bulunmamıştır. Ancak tenis beceri testi ortalamaları ile koordinasyon testi ortalamaları arasında ilişki bulunmuştur. Sonuçta; 6 haftalık rekreatif amaçla yapılan bir tenis eğitim süresinin kondisyonel özelliklerden birçoğunu geliştirmediğini ancak koordinatif özelliklerin gelişimine ( özellikle spor yapmayan grupta) katkıda bulunduğu söylenebilir. Buna göre koordinasyon özelliğinin tenis beceri ediniminin ilk aşamasında bile önemli bir etken olduğu literatür bilgilerini destekler niteliktedir.

**Anahtar Kelimeler:** Beceri edinme, Transfer, tenis, koordinasyon, Denge, Çeviklik.

## EVALUATION OF FACTORS AFFECTED ON IMPROVEMENTS OF THE TENNIS SKILLS IN CHILDREN 10-14 YEARS OLD

### ABSTRACT

The aim of this study, is to research of conditional of coordinative factor affecting the acquisition of tennis skills of the youngs who have done one of the sports before related to the balls and who haven't done. In this experiment 2 groups which attend education in primary school, have no obstacle doing sports are chosen. Group 1: It contains the primary school students of national education ministry who did one of the sports that is played with the ball. Group 2: It contains 30 students who didn't do sports in the past, it is given importance to simply same properties of groups or to be is dated and make similar in the side of age sexuality, amount of repetition ( amount of hitting the tennis ball), the methods of education, the conditions of application ( day and hour) Students are given education during 6 weeks, 2 hours in 2 days in a week (between 10- 12)The first scales of students are taken without taking tennis education then in 3 days three weeks and six weeks, the same scale is repeated The first and second groups are given tennis education that lasts 6 weeks. During this education pre-test, middle test, post test are applied to these two groups. These applied test are strenght of hand clutch, stopping, long jump, flexibility, reactson time, balance, these are coordination tests and tennis skill tests. When 1 and 2 groups are compared, there is no difference between visual and hearing reaction time, dominant and strenght of hand clutch, balance aquality, scale of fat in 1,2,3 scale on the other hand, in the long jumping parameter in 1,2,3 scale the difference is found for the benefit of the first group (P<0,05). Between the first and second grup in the first scale in the field of flexibility and dominant hand coordination parameter the big difference for he benefit of 1. group is found (P<0,05). Between 1 and 2 group in the second scale in the field of passive hand coordination and aquality parameter the difference is found (P<0,05). Between 1 and 2 group in the third scale in the field of flexibility passive hand coordination parameter the difference is found (P<0,05). In the first group between first scale and third scale the parameters that have differences for the benefit of the third scale visual, reaction time, aquality, balance, passive hand coordination. In the second group between the first scale and third scale the parameters that have differences for the benefit of third scale are balance and passive hand coordination According to tennis skills test results despite there were not meaningful differences among each 3 scales of 2 groups, there were meaningful differences among the following 1. and 2. scales of 1. and 2. groups. Besides, according to results of variant analyses, there were not meaningful differences among the scales of the tennis skill test of 1. and 2. groups (P<0,05). When looked at its order of the relation between coordination test and every two investigation group's tennis skill test. The relations among the 2. scale and 3. scale were not found however, the relation among coordination test averages and test average where found. As a result, 6 weeks of reactive tennis training period is not able to improve conditional specialities but it can improve the coordinative specialities non-sportive people. Even in the first level of tennis skills koordination specialities supports the literature informations.

**Keywords:** Acqusion skill, transfer, tennis, coordination balance, ,



## GİRİŞ

Tüm sportif faaliyetler, gerek uygulanması gerekse öğrenilmesi sırasında değişik düzeylerde beceri gerektiren aktivitelerdir. Bu aktiviteler sırasında beceriyi edinen kişiler ya geçmişte sahip oldukları diğer becerileri içinde buldukları zamana aktarırlar ya da yeni bir yapı (motor program) oluşturarak orijinal hareket kalıplarını öğrenirler<sup>1,15</sup>. Beceri; performansın mümkün olan en az eforla en üst düzeyde is yapma imkânı sağlayan bir elemandır. Genel ve özel beceri olmak üzere ikiye ayrılır. Genel Beceri: Her spor dalı için geçerli olan genel anlamdaki vücut kompozisyonudur. Özel Beceri:Uygulanan, yapılan spor dalına yönelik o spor dalının özelliklerini içeren, teknik, taktik ve benzeri hareketlerin koordinasyonudur. Beceri yeteneğinin gelişiminde dikkat edilecek hususlar; Sportif hareketler yapıları gereği çok zordur. Yeni öğrenilen hareketler önceden öğrenilmiş olan hareketlerin üzerine kurulur, beceri ve yetenekler çok yönlü alıştırmalarla geliştirilebilir. Aynı zamanda edinilmeye çalışılan hareket amaca yönelik ve içinde bulunan şartlara uyumlu olmalıdır<sup>2,3,15</sup>.

Beceriler daha doğru bir uygulama yapma ve araştırma organize etmeye yardımcı olmak için sınıflandırılmışlardır. Açık beceriler çevrenin hareket boyunca değişken ve tahmin edilemez olduğunda ortaya çıkan

becerilerdir. Kapalı beceriler ise çevrenin değişmediği ve tahmin edilebilir olduğu zaman sürecinde etkili olan becerilerdir. Ayrıca beceriler hareketin yapılına göre de sınıflandırılabilir. Sürekli beceriler bir sıra takip eden kesintisiz hareketlerdir. Kopuk beceriler, birbirinden bağımsız birden fazla hareketin arka arkaya dizilmesinden oluşurlar. Seri beceriler ise sürekli ve kopuk becerilerin birbirini takip etmesinden oluşur<sup>2</sup>. Beceri edinimi ile ilgili çalışmalardaki eğitim programları yukarıda belirtilen sınıflamalara göre düzenlenmelidir. Tenis sporu oyun karakterlerinden dolayı kopuk (discreat) beceriler gerektirir. Öğrenme aşamasında daha çok kapalı becerilerin eğitimi verilmeli, orta ve ileri seviyelerde ise daha çok açık beceri gerektiren çalışmalar yaptırılmalıdır<sup>2,15</sup>.

Tenis koordinatif özelliklerin yoğun olduğu bir spor branşıdır. Bundan dolayı, tenis ile ilgili becerilerin öğrenimi sırasında geçmişte edinilmiş bilgi ve becerilerin yeni edinilen beceriye aktarımı önem kazanabilir. Bu aşamada beceri edinimini etkileyen birçok faktör vardır. Eğitim yöntemi (metot) ve tekrar sayısı,Psikolojik faktörler,Bireysel farklılıklar,Transfer<sup>4,15</sup> Transfer bir uygulama sırasında edinilen bilgilerin başka bir uygulamaya aktarılmasıdır. Beceri öğretim yöntemlerinde transfer prensiplerinin uygulamaya aktarılması

önemlidir. Bazen gereksiz hareketler öğrenilebilir ve bu bir beceride doğru hareketlerin öğrenimini zorlaştırabilir. Örneğin; tenise yeni başlayan bir kişi tenis topuna doğru bir şekilde vurmaya aynı beceriyi doğru olmayan yollarla pekiştirmiş kişiden daha kolay öğrenir.<sup>2,7,15</sup>. Transfer yeni bir beceriyi öğrenmede pozitif etkili negatif etkili yada etkisiz olabilir. Nelson önceden öğrenilen tenis temel tekniklerinin badmintondaki temel vuruşlarda, basketbol becerilerinin voleybol becerilerinde, sürat çıkışlarının ise Amerikan futbolundaki çıkış duruşlarının öğrenilmesinde etkili olduğunu belirtmiştir. Bunun yanında eski deneyimlerin, yeni öğrenilen bir becerinin öğrenimi ya da performansı üzerinde etkili olduğunu belirleyen bir çok araştırma yapılmıştır<sup>15,16,17</sup>. Transfer öğrenim aşamalarının düzenlenmesinde ve program geliştirmede önemli belirteçlerden birisidir. Ayrıca benzer bileşenler benzer ortamlarda daha kolay öğrenileceğinden zaman kaybı engellenmiş olur. Öğrenmede gerçekleşen bu ekonomiklik eğitimcilerin önemle üzerinde durdukları bir durumdur.

Yaş, boy, cinsiyet, beden kompozisyonu, kondisyonel ve koordinatif özellikler, beceri edinimini etkileyen bireysel faktörlerdir<sup>5,6,8,9,15</sup>. Örneğin, bazı yeteneklerin (koordinatif) zamanında geliştirilebilmesi başarıda önemli bir rol oynar. Yaşlılarda beceri edinimi genç bireylere göre daha

yavaştır<sup>5</sup>. Her insan hareket edebilme yeteneğine sahiptir ancak bu yeteneğin geliştirilebilme miktarı kişiden kişiye farklılıklar gösterir<sup>8</sup>. Bu gelişimin ölçüsünü kişinin senso-motorik yapısının kalitesi belirler. Beceriklilik koordinatif yetenekle eş anlamlı kullanılabilir. Kondisyonel ve koordinatif özellikler, kuvvet, sürat, dayanıklılık esneklik, çeviklik, koordinasyon, reaksiyon süresi, oryantasyon, hareketin hassasiyeti, ritim, denge, hareketin akıcılığı ve ahenkli oluşudur<sup>15</sup>. Oyun ve mücadele sporlarında (tenis, futbol, judo, boks gibi) teknik taktik ve kondisyonel nitelikler birlikte kullanılır. Tenis sporunda da antrenörler başarılı olmak için sadece temel vuruş yeteneğini geliştirmeye değil aynı zamanda kondisyonel özellikleri de geliştirmeye çalışırlar. Eskiden birçok tenis oyuncusu turnuvalarda gerekli olan kondisyonel özellikleri kazanmak için sadece tenis oynamanın yeterli olduğuna inanırdı. Ama şimdi, teniste zirveye ulaşmak için, sporcuların sadece tenis becerilerine sahip olması yeterli değildir. Aynı zamanda zihinsel hazırlık, fiziksel uygunluk ve dengeli beslenme alışkanlıklarına da sahip olması gerekir. Tenis sporunda başarılı olmak isteyen erkek yada bayan sporcular optimal seviyede esnekliğe, kuvvete ve dayanıklılığa sahip olmalıdır. Alt ve üst ekstremitelerin dayanıklılığı ve çevikliği tekrarlayan antrenmanlarla sağlanmalıdır. Tenis kortunda zamanın büyük bir kısmı germe hareketlerine ve çevikliğin

geliştirilebilmesi için uygun kas gruplarının kuvvetlendirilmesine harcanmalıdır.

Kondisyonel özellikleri iyi olan oyuncular rakiplerine göre daha avantajlıdır. Onlar rakiplerine göre daha hızlı hareket eder, daha hızlı düşünebilirler, uzun süren puanlardan sonra daha hızlı toparlanırlar, daha az yorulurlar, yaralanma riskleri azdır ve kuvvette devamlılıkları daha iyidir. Başka bir deyişle kazanmak ve kaybetmek arasındaki fark kondisyonel özelliklere de bağlıdır. Bu çalışmanın amacı daha önce topla oynanan sporlardan birini yapan çocuklarla spor yapmayan çocukların tenis becerisi edinimine etki eden kondisyonel ve koordinatif faktörleri incelemektir. Ayrıca tenis beceri ediniminde daha önce top ile ilgili spor yapan bireylerde yapmayanlara göre daha hızlı öğrenimin gerçekleşmesi beklendiğinde transferin etkisinin belirlenebileceği düşünülebilmektedir.

Sonuç olarak tenis daha çok koordinatif özellik gerektiren bir spordur. Koordinatif özelliklerin geliştirilmesi kondisyonel özellikler ile birleştirilebilirse daha yüksek düzeyde tenis öğrenimi sağlanabilir.

## **MATERYAL ve METOD**

Araştırmaya İlköğretim düzeyinde eğitimine devam eden herhangi bir sebeple spor yapmasına engel oluşturmayan öğrencilerden seçilen 2 grup

alınmıştır. Her iki gruptaki öğrencilerin yaş ve cinsiyet yönünden homojen olması sağlanmıştır. Grup 1: Geçmişte top ile oynanan sporlardan birini yapmış Milli Eğitim Müdürlüğü İlköğretim Okulu öğrencilerinden (n=30) oluşmuştur. Bu bireylerde en az 2 yıl süresince haftada 3 gün başka bir spor branşında antrenman yapmış olma koşulu aranmıştır. Grup 2 : Geçmişte spor yapmamış 30 kişiden oluşturulmuştur. Grupların sahip olduğu bazı özelliklerin sabitleştirilmesi yada bazı değişkenlerin izole edilmesi için; deneklerin yaş cinsiyet, tekrar sayısı (tenis topuna vurma miktarı), eğitim yöntemi, uygulama koşulları (gün, saat) bakımından benzer yapıda olmalarına özen gösterilmiştir. Deneklere 6 hafta boyunca haftada 2 gün 2'ser saat (10 – 12 arası) tenis eğitimi verildi. Her iki gruba da aynı eğitim programı uygulanmıştır. Bireylerin hiç tenis eğitimi almadan ilk ölçümleri alınmıştır. Daha sonra 3. hafta ve 6. hafta aynı ölçümler tekrarlandı. 1. ve 2. gruba 6 haftalık tenis eğitimi verilmiştir. Eğitim süresince her iki gruba da ön test, ara-test ve son-test uygulanmıştır. Yapılan testler el kavrama kuvveti, durarak uzun atlama, esneklik, çabukluk, reaksiyon süresi, denge, koordinasyon testi ve tenis beceri (Hewitt) testleridir.

## **İstatistiksel Analiz**

Geçmişte top ile oynanan sporlardan birini yapmış grubun (1.grup) ve geçmişte spor yapmamış grubun (2.grup) tüm ölçüm sonuçlarından elde edilen verilere

tanımlayıcı istatistik yapılmıştır. Her iki grubun tekrarlayan ölçümleri arasındaki farkın anlamlılığı tekrarlayan ölçümlerde varyans analizi (Repeated Measures Define) testi ile incelenmiştir. Her iki grup da grup içi farkın anlamlılığını ve gruplar arasındaki farkı belirlemek için, parametrik ölçümlerde Paired T Testi Ayrıca her iki grubun bazı parametreler

arasındaki ilişkilerin anlamlılık düzeylerini belirlemek için parametrik ölçümlerde Pearson Correlation, parametrik olmayan ölçümlerde ise Spearmen 's Correlation istatistiksel yöntemleri kullanılmıştır. İstatistiksel analizlerde SPSS 10.01 paket programı kullanılmıştır.

**BULGULAR****Tablo 1:** Grupların başlangıç, 3.hafta ve 6. hafta, yapılan test değerleri

Tennis beceri Testi	Yağ değeri (%)	Çekimlik koordinasyonunu	Baskın el koordinasyonunu	Denge	Çeviklik (sn)	Durarak Uzun Atlama (cm)	Çekimlik el kavrama kuvveti (kg)	Baskın el kavrama kuvveti (kg)	İşitsel reaksiyon süresi (m/s)	Görsel reaksiyon süresi (m/s)	Esneklik (cm)	Grup 1			Grup 2			P		
												Başlangıç	3.hafta	6.hafta	Başlangıç	3.hafta	6.hafta	Başlangıç	3. hafta	6. hafta
14,11+ 4,61	13,59+ 0,86	1,47+ 1,50	0,47+ 1,46	3,55+ 3,81	17,90+ 0,74	190,82+ 17,10	23,01+ 4,07	25,73+ 5,10	171,12+ 10,72	235,47+ 37,96	15,14+ 7,15									
18,15+ 4,11	13,30+ 0,85	0,24+ 44	0,12+ 0,33	2,14+ 2,46	13,54+ 0,68	186,56+ 17,07	23,35+ 3,21	26,59+ 5,12	171,18+ 21,62	227,94+ 30,59	14,76+ 6,39									
18,67+ 2,97	12,71+ 0,82	0,18+ 0,53	0,12+ 0,33	1,88+ 2,39	14,51+ 0,45	185,82+ 13,38	24,55+ 8,17	26,77+4, 09	167,71+ 21,63	214,41+ 37,96	15,00+ 6,47									
11,82+ 0,86	13,27+ 4,58	2,20+ 1,70	1,00+ 1,60	2,83+ 2,02	15,31+ 0,82	161,90+ 17,50	22,71+ 4,99	25,50+ 5,76	187,87+ 32,91	244,07+ 36,92	13,32+ 11,46									
11,28+ 4,61	14,02+ 3,59	1,20+ 1,57	0,67+ 1,11	2,23+ 1,80	14,66+ 0,85	160,93+ 19,76	23,44+ 5,11	26,32+ 6,33	174,53+ 28,89	236,87+ 31,98	16,68+ 7,91									
11,00+ 4,25	14,87+ 3,26	0,80+ 1,08	0,33+ 1,05	2,07+ 1,91	14,46 +0,45	166,70+ 13,11	23,91+ 5,39	26,54+ 6,56	180,53+ 41,06	225,87+ 25,16	14,56+ 9,57									
0,12	0,99	0,21	0,04*	0,63	0,15	0,38	0,85	0,90	0,17	0,52	0,01*									
0,57	0,57	0,21	0,06	0,63	0,00*	0,15	0,95	0,89	0,71	0,42	0,41									
0,60	0,33	0,03	0,84	0,61	0,76	0,00	0,79	0,90	0,27	0,27	0,03*									

\*:  $P < 0,05$

**Tablo 2** : Gurupların başlangıç, 3.hafta ve 6. hafta tenis beceri testiyle diğer parametrelerin ilişkileri

Parametreler	Başlangıç		3.hafta		6.hafta	
	Gurup 1	Gurup 2	Gurup 1	Gurup 2	Gurup 1	Gurup 2
Baskın El Koordinasyon	-0,55	-0,36	-0,45	-0,19	-0,46	-0,06
Çekinik el Koordinasyon	-0,49*	-0,19	-0,15	-0,13	-0,18	-0,19
Baskın El Kavrama Kuvveti	0,84*	-0,54	0,29	-0,06	0,15	-0,05
Çekinik El Kavrama Kuvveti	0,33	-0,039	0,36	-0,06	0,32	-0,09
Denge	-0,28	-0,45	-0,47	-0,22	-0,30	-0,03
Baskın El Kavrama Kuvveti	0,18	-0,54	0,29	-0,06	0,15	-0,20
Çekinik El Kavrama Kuvveti	0,33	-0,39	0,36	-0,06	0,32	-0,32
Durarak uzun Atlama	0,43	0,37	0,15	-0,01	0,29	-0,52*
Görsel Reaksiyon Süresi	0,03	0,05	-0,23	-0,11	-0,12	-0,25
İşitsel Reaksiyon Süresi	-0,29	-0,07	-0,27	-0,47	-0,33	-0,18
% Yağ	0,67*	0,13	0,25	0,42	0,37	0,21
Esneklik	0,18	-0,01	0,00	-0,12	0,02	-0,03
Çeviklik	-0,35	-0,30	-0,25	-0,42	-0,45	-0,06

\*: P&lt; 0.05

1. ve 2. gruplar karşılaştırıldığında; 1, 2 ve 3. ölçümlerde görsel ve işitsel reaksiyon süresi, baskın ve çekinik el kavrama kuvveti, çeviklik, denge, % yağ ölçümleri arasında anlamlı fark bulunmazken 1.2. ve 3. ölçümlerde durarak uzun atlama parametresinde 1. grubun lehine anlamlı fark bulunmuştur (P<0,05). 1.ve 2. grup arasında 1. ölçümlerde 1. grubun lehine esneklik ve baskın el koordinasyonu parametrelerinde anlamlı fark bulunmuştur (P<0.05). 1. ve 2. grup arasında 2. ölçümlerde 1. grubun lehine çekinik el koordinasyonu ve çeviklik parametresine anlamlı fark bulunmuştur (P<0,05). 1. ve 2. grup arasında 3.

ölçümlerde 1. grubun lehine esneklik, çekinik el koordinasyon parametresinde anlamlı fark bulunmuştur (P<0,05). 1. grupta; 1. ölçümle 3. ölçüm arasında 3. ölçüm lehine anlamlı fark olan parametreler; görsel reaksiyon süresi çeviklik, denge, çekinik el koordinasyonudur. 2. grupta 1. ölçümle 3. ölçüm arasında 3. ölçüm lehine anlamlı fark olan parametreler, denge ve çekinik el koordinasyonudur. Tenis beceri testi (Hewitt) sonuçlarına göre her iki grup arasında her üç ölçümde de anlamlı fark bulunmamasına karşılık, tekrarlayan ölçümlere bakıldığında 1. ve 2. grubun birinci ve ikinci ölçümleri arasında

anlamli fark bulunmuştur ( $P<0,05$ ). Ayrıca 1. ve 2. grubun tenis beceri testlerinde tekrarlayan ölçümler arasında yapılan varyans analizi sonucuna göre anlamli fark bulunmamaktadır ( $P<0,05$ ). Her iki araştırma grubunun tenis beceri testi ile koordinasyon testi arasındaki ilişki düzeylerine bakıldığında; 1. ölçümler arasında yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur. ikinci. ölçümler arasında ve 3. ölçümler arasında ilişki bulunmamıştır. Ancak tenis beceri testi ortalamaları ile koordinasyon testi ortalamaları arasında ilişki bulunmuştur.

## TARTIŞMA

Sporla beceri edinimini etkileyen en önemli faktörlerden birinin kondisyonel ve koordinatif özellikler olduğu düşünülmektedir. Sporu bıraktıktan sonra zaman içerisinde kondisyonel ve koordinatif özelliklerdeki kaybın hızla artacağı bir çok literatürde belirtilmektedir<sup>10,11,15</sup>. Kondisyonel koordinatif özelliklerdeki kayıplara rağmen geçmişte spor yapan bireylerin herhangi bir spor becerisini yapmayanlardan daha kolay ve çabuk öğrenir. Özellikle bu beceriler arasında yüksek düzeyde benzerlik varsa olumlu transferin fazla olması beklenmektedir<sup>9</sup>.

Çalışmamızda tenis eğitimi sırasında daha önce spor yapmış grup ile yapmamış grup arasındaki kondisyonel ve koordinatif farklılıkları, bu özelliklerin gelişimini, öğrenme farklılıklarını ve

öğrenme ile kondisyonel ve koordinatif özellikleri arasındaki ilişki ortaya konulmaya çalışılmıştır. Böylece hangi özelliklerin tenis beceri edinimini kolaylaştırmaya katkıda bulunduğunu söylemek mümkün olacaktır.

Tenis sporunda başarılı olmak isteyen erkek ya da bayan sporcular optimal seviyede esneklik ve kuvvete sahip olması gerektiğini vurgulayan araştırmalar vardır<sup>15</sup>. Esneklik özelliği çabuk kazanılan ve çabuk kaybedilen bir özelliktir<sup>10</sup>. Daha önce spor yapan grubunbu özelliğinin iyi olması halen Beden Eğitimi derlerinde jimnastik atletizm, yüzme gibi branşlara aktif olarak katılmalarından kaynaklanıyor olabilir.

Yapılan bir çalışmada sporcu bireyler sporcu olmayan bireyler ile birlikte reaksiyon süresi antrenmanlarına tabi tutulmuştur. Sporcu grubun reaksiyon süratindeki iyileştirmenin sporcu olmayan gruptan daha fazla olduğu belirlenmiştir<sup>8</sup>. Baska bir çalışmada aktif yaşlılar ile yaşlı olmayan bireyler arasında Reaksiyon Sürati parametresinde anlamli fark bulunmamıştır<sup>15</sup>. Yapılan bu çalışmada daha önce spor yapmış grubun reaksiyon süresindeki gelişim özelliğini kaybettiğini ve dolayısı ile yapmamış grubun ölçümlerine benzer sonuçlar verdiği görülmüştür. Bu nedenle reaksiyon süresinin yeni bir beceriyi edinme aşamasında katkıda bulunduğunu söylemek yanlış olur. Ancak performans sonuçlarında bu özelliğın gelişmişliği beceriyi olumlu yönde etkileyecektir.

Bizim sonuçlarımızın aksine, Yapılan bir çalışmada (7 haftalık) yaz spor okulu çalışmalarına katılan çocuklara eğitimin başında ve sonunda uygulanan testler sonunda kız öğrencilerde, dominant el kavrama özelliğinde artış görülmüştür. Bu çalışmada güçlendirme egzersizlerine daha çok yer verilmiş olabilir<sup>12</sup>.

18–24 yaş arasındaki profesyonel ve profesyonel olmayan futbol oyuncularını üzerinde yapılan bir araştırmada iki grup arasında profesyonel futbolcular lehine durarak uzun atlama parametresinde anlamlı fark bulunmuştur<sup>14</sup>. Bu sonuçlara göre daha önce spor yapmış grupların sporu bırakmasına rağmen durarak uzun atlama testinde daha iyi sonuçlar vermesi literatürü destekler niteliktedir. Bizim çalışmamızda, her iki grupta da bu özellikte gelişim görülmemesi 6 haftalık reaktif amaçla yapılan tenis becerisini öğrenme çalışmalarının Durarak uzun atlama parametresinde gelişime neden olmadığını göstermektedir.

65–75 yaşındaki 39 osteoporozlu yaşlı kadın üzerinde yapılan 10 hafta süren bir çalışmada deney grubuna haftada 2 gün denge çalışmaları yaptırılmıştır. 10 hafta sonra yapılan ölçümlerde deney grubu kontrol grubuna (40 kişi) göre fazla bir kazanç sağlamamıştır. Ancak deney grubunun kontrol grubuna göre statik dengesi % 2,3, dinamik dengesi % 1,9 güçlenmiştir<sup>15</sup>. Baska bir çalışmada ise 15 deneye 6 hafta boyunca denge antrenmanı yaptırılmıştır. Antrenmanlardan sonra tek bacak

dengesinde anlamlı derecede artış görülmüştür( $P<0,01$ ). Her bir kişinin denge testinde de anlamlı artış görülmüştür( $P<0,01$ )<sup>13,17</sup>

Literatürde tenis bransında koordinasyonun %35'lik bir önem derecesine %25 Dayanıklılık özelliğine, %15 Kuvvet , %15 Çabukluk ve % 10 Esneklik özelliği gerektiği belirtilmiştir. Daha önce toplu sporlardan birini yapmış grubun, Tenis Beceri Testlerin yüksek puan alması geçmişten getirdikleri bazı becerileri olumlu transfer ettikleri gözlenmektedir<sup>15</sup>.

## SONUÇ

Çalışmamızda daha önce spor yapmış grubun spor yapmamış gruba göre 6 haftalık tenis eğitimi süresince ölçümlerinde Esneklik, Durarak Uzun Atlama Koordinasyon ve Tenis Beceri Testlerinde iki grup arasında anlamlı fark bulunurken, Reaksiyon Süresi, El Kavrama Kuvveti, Çeviklik, Denge , %Yağ ölçümlerinde anlamlı fark bulunmamıştır. Kondisyonel özelliklerden Çekinik El Koordinasyonu 1.grubun 2. gruptan daha iyi olduğu ancak her iki grupta da gelişim olduğu görülmektedir 2. grubun Çekinik El Koordinasyonu ve Denge parametrelerinde önemli bir gelişme görülmektedir Sporcu olmayan grupta Baskın El Koordinasyon ölçümlerinde Başlangıç ve 2. ölçümler arasında fark gözlenmezken 2.ve 3. ölçümler arasında ( $P<0,05$ ) anlamlı fark



gözlenmiştir. Bu sonuca dayanarak spor yapmayan bireylerin koordinasyon eğitimleri en az 4–6 haftalık bir koordinasyon eğitimi gerektiği söylenebilir. 1. grupta en fazla gelişim Görsel Reaksiyon Süresi, Çeviklik, denge , Çekinik El Koordinasyonu parametreleridir.

Esneklik parametresinde yapılan 3 ölçümde de daha önce spor yapmış grup spor yapmamış gruptan daha iyi sonuçlar alınmıştır. 6 haftalık tenis eğitimi süresinde her iki grupta tüm ölçümler arasında anlamlı farka rastlanmamıştır ( $P>0,05$ ). Görsel reaksiyon süresinde tüm ölçümlerde 2 grup arasında anlamlı fark görülmemiştir. Ancak 1. grubun başlangıç ve 3. ölçümleri arasında anlamlı fark bulunmuştur ( $P<0,05$ ). İşitsel reaksiyon süresinde her iki grup arasında ve her iki grubun tüm ölçümleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır ( $P>0,05$ ). Baskın El Kavrama ve Çekinik El Kavrama Kuvvetinde her iki grup arasında ve her iki grubun tüm ölçümleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır ( $P>0,05$ ). Bu nedenle bu yaş grubunda tenis eğitiminin el kavrama kuvvetini geliştirmede ve daha önce spor yapmanın bu özellik üzerinde etkili olmadığı söylenebilir. Durarak Uzun Atlama parametresinde 2 grup arasında tüm ölçümlerde 1. grubun lehine anlamlı farka rastlanırken ( $P<0,001$ ) her iki grupta gelişime rastlanmamıştır. Spor yapmayan grubun daha iyi sonuçlar alması öğrencilerin Beden Eğitimi derslerine

aktif olarak katıldıklarından kaynaklanıyor olabilir. Çeviklik parametresinde her iki grupta da gelişim görülürken gruplar arasındaki farka bakıldığında yalnızca 2. ölçümde 1. grubun lehine anlamlı fark bulunmuştur ( $P<0,001$ ). Her iki grup arasında bu parametrede fazla gelişim olmasının nedeni; deneklerin testi öğrendiklerinden kaynaklanıyor olabilir. Seçilen Çeviklik Testi zihinde tutmayı gerektiren bir testtir. Denge parametresinde iki grup arasında anlamlı fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Ölçümler arasındaki farka bakıldığında 2 grubun Başlangıç ve 3. ölçümleri arasında anlamlı fark bulunmuştur ( $P<0,001$ ). Bu sonuca göre tenis eğitiminin denge özelliğini geliştirdiği söylenebilir. % Yağ parametresinde iki grup arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Her iki grubun başlangıç ve 3. ölçümleri arasında da anlamlı fark bulunmadığından % Yağ değerinde bir değişim olmamıştır. Tenis Beceri Testinde iki grup arasında farka rastlanmamıştır. Ancak her iki grupta da gelişim olduğu görülmektedir. Koordinasyon Testleri ile Tenis Beceri Testlerinin ortalamaları karşılaştırıldığında ilişki düzeyi her iki grupta da yüksek çıkmasına karşın 1. grupta daha yüksek çıkmıştır. Tüm bu sonuçlara dayanarak 6 haftalık reaktif amaçla yapılan bir tenis eğitim süresinin kondisyonel özelliklerden birçoğunu geliştirmede ancak koordinatif özelliklerin gelişimine ( özellikle spor yapmayan grupta) katkıda bulunduğu

söylenbilir. Buna göre koordinasyon özelliğinin tenis beceri ediniminin ilk aşamasında bile önemli bir etken olduğu literatür bilgilerini destekler niteliktedir.

## ÖNERİLER

Tenis eğitimi süresince tenis becerilerini geliştiren uygulamalarla birlikte koordinatif özelliklerini geliştiren uygulamalar yaptırılmalıdır (on-ondört) yas tenis beceri edinimine etki eden faktörleri araştırmak amacıyla yapılan bu araştırma doğrultusunda verilen tenis eğitim süresinin daha uzun tutulması ile ölçülen parametrelerdeki gelişimin daha iyi ortaya konulabileceği ve denek sayısının fazla olduğu gruplarla çalışılması önerilebilir. Düzenli olarak antrenman yapan grupların tenis becerileri ile birlikte kondisyonel özellikleri periyodik olarak ölçülerek yapılacak çalışmaların içeriği belirlenmelidir. Bu uygulamalara reaktif olarak yapılan tenis eğitimi sırasında da yer verilmelidir. Tenis sporuna yatkın bireylerin seçilmesi sırasında kondisyonel özelliklerin yanında koordinatif özellikleri ölçen testlere de yer verilmelidir. Benzer bir çalışmanın profesyonel tenis oyuncularını üzerinde yapılması kondisyonel özelliklerin tenis beceri edinimi üzerine olan etkisini de daha fazla belirleyebilir. Tenis sporundan önce top ile oynanan sporlardan birini yapmış grup ve daha önce spor yapmamış

grubun yanında, daha önce top ile yapılmayan sporlardan birini yapmış grubun araştırmaya dahil edilmesi uygun olacaktır. Böylece beceri edinimini kondisyonel ve koordinatif özellikler mi daha fazla etkiler ya da geçmişte edinilen benzer deneyimlerin transferini mi daha fazla etkiler gibi soruların cevabı aydınlatılabilir.

## KAYNAKLAR

- 1- Abetnethy B, Acgusation Of Motor Skil\_n F.S.PPyke (Ed.)Beter Coaching, AusturallianCoaching Council , Canberra , 1991.
- 2- AçıkadaC,Ergen E.: Bilim ve Spor., Büro-tek Ofset, Ankara, 1990.
- 3- Adams, G.M. Exercise Physiology,. England. 1998.
- 4- Adrian J. M. Cooper J. M.: Biomechanics of Human Movement. Ed: Spoolman S, 2.press, USA,1995.
- 5-Auty D.K, Physiological Education: Theory and practice. Avusturalia 1995
- 6-Baker S. J.; Jacques P, Maurrsen J, Chrzan G.J.: Simple Reaction Time and Movement Time in Normal Human Voluntaries : A Long Term Reliable Study.Perceptual and Motor Skill, 1991.
- 7-Barlett, F.The Experimental Studuy Of Skill. R.N Singer (Ed) Readings \_n Motor Learning,
- 8-Bompa,T, Antreman Kuramı ve Yönetimi, Bagıran Yayınevi, Ankara 1998.
- 9-Brent S,Rushal \_n Ansvr To Questions From Dr. Larry Weisenthal. Specitfy of Training effetcts For Skill Rarely Occur, USA,1997.
- 10- Hegeman CE. Lehman RC, Strecing . Strengthening, and Conditioning for The Competitive Tennis Player ,Clin Sports Med ,7:211-28,1998.
- 11- Lohman TG, Roche A.F.,Martorel R, Antropometric Standardizasyon Referance Manuel ,Human Kinetics, Box Champing, illionis1998.
- 12- Magill R.A, Motor Learning Concept and Applications,McGraw Hill.Companies,USA, 1989.
- 13- Metin P, Degisken Uygulama Yöntemlerinin Motor Becerinin Kazanımı,Hatırlama ve Transferi Üzerine Etkisi ,Gazi Beden eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi,6:53,2001.
- 14- Özer M. K.Sporla Morfolojik Planlama , \_stanbul , Kazancı Matbaacılık.1993.
- 15-Sahan A,Onyedi \_le Yirmidört Yas Gençlerde Tenis Becerisinin Gelişimine Etki Eden Faktörlerin Araştırılması,Yüksek Lisans Tezi,Antalya,2003.
- 16-Stallings M.L, Motor Skills Development and learning , 2000.
- 17-Wneen W.S, Physical Dimension of Aging United States of America ,Texas,1995.

# K.K. EĞİTİM FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

Öner GÜLBAHÇE<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Atatürk Üniversitesi, K.K.E.F.Beden Eğitimi Bölümü, ERZURUM

## ÖZET

Bu araştırmada Atatürk Üniversitesi K.K. Eğitim fakültesinin farklı bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerinin iletişim becerileri karşılaştırılmıştır. Araştırmanın örneklemini Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü, Eğitim Bilimleri Bölümü, Matematik Öğretmenliği Bölümü, Coğrafya Öğretmenliği Bölümü ve Türkçe Öğretmenliği Bölümünde 2008-2009 eğitim öğretim yılında öğrenim gören 1., 2., 3., ve 4. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır.

Araştırmaya toplam 297 öğrenci katılmıştır. Araştırmada verilerin toplanmasında Korkut (1996) tarafından geliştirilen ve geçerlik ve güvenilirliği yapılmış “İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği” (İBDÖ) kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde parametrik verilerde t-testi, Tek Yönlü Varyans Analizi,ve LSD Post Hoc testleri kullanılmıştır. İstatistikî analizlerde anlamlılık düzeyi  $p<0.05$  olarak seçilmiştir. Bölümlerin iletişim becerileri arasında Eğitim Bilimleri öğrencileri lehine diğer bölümler arasında iletişim becerisi açısından anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. 1. sınıf öğrencilerinin diğer sınıflardaki öğrencilere göre iletişim becerileri en düşüktür. Cinsiyetlere göre İletişim becerisi anlamlı bir fark bulunmamıştır.

**Anahtar Kelimeler:** İletişim Becerileri, Eğitim Fakültesi,

## EVALUATION OF STUDENT’S COMMUNICATION SKILLS AT K.K. EDUCATION FACULTY

### ABSTRACT

The aim of this study is to evaluate and compare the communication skills of students who are from the K.K. Education Faculty Atatürk University. The research groups of this study are first, second, third and fourth grade students who studied in the Departments of Physical Education and Sports, Educational Science, Mathematics Education, Geography Education and Turkish education in 2008-2009 academic year. Sampling consists of students that are chosen by non-probability simple random sample method of 1., 2., 3. and 4.

Classes. 297 students in this study. In this study, “Communication Skills Evaluation Scale (CSES) and its validity and reliability was established by Korkut in 1996 has been used. For statistical assessment, t-test, One Way Anova and LSD Post Hoc test. There was no significant relationship among different departments in favor of communication skills of the Educational Sciences students. Communication skills of the freshmen were low in comparison to other departments. There was no significant difference in students' communication skills in terms of gender variable.

**Key Words:** Communication Skills, Education Faculty

## GİRİŞ

İletişim (communication) beş yüzyıldır var olan bir sözcüktür<sup>1</sup>. İletişim sözcüğü, latince “ortak” anlamına gelen “communis” kökünden türetilmiş “Communication” kelimesinin dilimizdeki karşılığı olarak kullanılmaktadır. “Communication” sözcüğü, kökeninden dolayı ortaklığı, toplumsallaşmış olmayı, birlikteliği ifade etmektedir. Bireyin yaşadığı toplum içerisinde mevcut olan kuralları, değer ve inançları aktarabilmesi iletişimle gerçekleşmektedir. Literatürde iletişim kavramının değişik tanımları bulunmaktadır. İlk kez M.Ö 5. ve 4. yüzyıllarda Aristo tarafından “bir hatibin, konuşmasıyla dinleyicilerini istediği biçimde etkileyebilme ve inandırıcı olma beceri ve sanatı” olarak tanımlanan iletişimin, günümüzde artık daha farklı işlevlere sahip olduğu kabul edilmektedir<sup>2</sup>.

Yaşamda her şeyin iletişim kavramı içine girmesi, bu kavramın yaygın olarak kullanılması, çeşitli disiplinlerin uğraşısı olması nedeniyle iletişimin tek bir tanımını vermek zordur. Farklı disiplinlerde yapılan tanımlarda kullanılan ölçütler de farklı olmuştur<sup>3</sup>. Aslında iletişim herkesin bildiği ancak çok az kişinin sağlıklı bir biçimde açıklayabildiği bir insan etkinliğidir. İletişim, yüzyüze konuşmadır, televizyondur, bilgi yaymadır, saç biçimimiz, giyim biçimimizdir<sup>4</sup>. Bireyler arasında ortak bir simgeler sistemiyle

gerçekleştirilen anlam ve bilgi alışverişidir<sup>5</sup>.

Toplumsal birer varlık olan insanlar yaşamları boyunca sürekli başkalarıyla iletişim halindedirler. İletişim aracılığıyla hem kendileri hem de iletişim halinde oldukları kişiler hakkında yeni bilgiler elde ederler. Edindikleri bilgiler ışığında kendilerine ilişkin yeni yapılar oluştururlar ve bu yapılar çerçevesinde iletişimlerini sürdürürler. Her bireyin başkalarıyla kurduğu ilişkiler kendine özgü olduğundan, her bireyin kendine özgü yapılar oluşturacağı varsayılır. Bu yapıların, bireyin iletişim tarzının nasıl olacağını belirlemede önemli bir yerinin olduğu söylenebilir. İletişim tarzı; bireyin kendisini, başkalarını ve dış dünyayı algılama tarzı ile yakından ilişkilidir. Algılama tarzının oluşumu, bireyin sahip olduğu değerlendirme gücü, yakın çevresinden aldığı mesajlar ve bu mesajları yorumlamasının etkileşimi ile ilgilidir. Bunun yanında, bireyin çevresindekilerinin iletişim tarzları da önemli bir referanstır. Bu nedenle, iletişim tarzının öğrenilen bir yönünün de olduğu görülmektedir<sup>6</sup>.

İletişim, insanlar arası etkileşimin temel yapısını oluşturur. Günlük yaşantıların temeli insan ilişkilerine dayanır ve insanoğlu iletişim sayesinde ilişkilerini düzenler. İnsanı insan yapan belki de en önemli özellik, iletişim yeteneği ve bunun sonucunda ortaya çıkan kültürel birikimdir. Doğduğunda diğer canlılara oranla çok zayıf olan

insanoğlunun doğaya ve diğer canlı türlerine olan üstünlüğünün kaynağının da bu kültürel birikim ve iletişim yeteneği olduğu söylenebilir. İletişim sayesinde başkalarının duygularını, düşüncelerini, yaşantılarını keşfeder, paylaşır, etkiler ve etkilenir. İnsan, doğuştan iletişime ilişkin bir donanımla dünyaya gelse de iletişim örüntüleri, iletişim becerileri bir anda insanın karşısına çıkmaz. Birey çevre ile etkileşime girerek iletişim kurmayı öğrenir<sup>7</sup>.

Literatürde verilen ortak ifadelerde iletişim bilgi, veri, algı, anlayış ve sezgi aktarmalarında çeşitli sistemleri, yazılı, sözlü, sözsüz her türlü mesaj şeklini içermektedir. Dolayısı ile iletişim basit görünmesine rağmen bünyesinde birçok problem taşıyan bir süreçtir. İletişim süreci; bilgi, veri, fikir, düşünce, algı, anlayış, yaklaşım, sezgi, arzu, istek ve duyguların bir kişiden diğerlerine aktarılarak karşılıklı etkileşimin sağlanması süreci olarak adlandırılmaktadır<sup>2</sup>. İletişim sürecinde verici (gönderici, kaynak) bir mesaj oluşturur ve bunu alıcıya (hedef) aktarır. Alıcı bu mesajı yorumlar ve vericiyi tatmin edici bir şekilde yanıtlar (geri bildirim, geri besleme). İletişim sürecini açıklamak amacıyla pek çok model geliştirilmiştir. Bunlardan biri literatüre geçmiş en eski ve yaygın bilinen, belli haber veya bilgilerin bir vericiden bir alıcıya aktarılışı sırasında; kodlama, gönderme, alma, geri besleme (geri bildirim) gibi bütün fonksiyonları

kapsayan Shannon ve Weaver'in iletişim modelidir (şekil 1)<sup>8</sup>.

Shannon-Weaver'in iletişim modeli iletişim anlamında yapılmış ve günümüzde de hâlâ geçerliliğini koruyan bir iletişim modelidir<sup>9</sup>.

İnsan iletişim süreci içinde gelişir, olgunlaşır, dünyasını genişletir, bilgisini, görgüsünü, deneyimini artırır. Böylece "Ben" ile "Ben olmayan"ın bilincine varır, sınırlarını çizer. Ayrı ve değişik bir "Ben" olmanın bilinci ve sorumluluğu içinde başkalarıyla birleşip bütünleşir. Başkalarıyla iletişim kuran insan toplumun bir parçası olur, varlığını sürdürür. Kısaca iletişim, insan olmak için hava, su, besin kadar gerekli ve zorunludur. İletişim tüm yaşam demektir<sup>10</sup>.

Razı ve arkadaşları<sup>11</sup> tarafından yapılan bir çalışmada, çalışan gençlerin iletişim becerileri arttıkça stresle baş etmede probleme yönelik yöntemlerin (kendine güvenli ve iyimser yaklaşım) kullanımını arttığı tespit edilmiştir. Bu bulgu iletişim becerileri gelişmiş bireylerin olaylara iyimser bakabildiklerini ve stresle etkili baş etme becerilerinin de gelişmiş olduğu şeklinde yorumlanmaktadır.

Bireylerin çevreleriyle sağlıklı iletişim kurmaları temel iletişim becerilerine sahip olmalarına bağlıdır. Sağlıklı iletişim kurabilmek için özellikle, insan ilişkilerini temel alan yardım mesleklerinde çalışan bireyler için daha fazla gerekmektedir. İletişim becerileri,

yardım etmeye özgü özel beceriler olmayıp günlük yaşantımızdaki ilişkilerimizde ihtiyaç duyduğumuz değişik becerilerin uzantılarıdır. Karşısındaki ile etkili iletişim kuramayan kişiler, onları anlamakta ve problemlerine çözüm bulmalarında yardımcı olmada yeterli olamayacaklardır<sup>12</sup>. Bu nedenle insan ilişkilerini temel alan hemşireler, doktorlar, öğretmenler, güvenlik görevleri, psikologlar, psikiyatristler, sosyal hizmet uzmanları, avukatlar, yöneticiler sağlıklı iletişim ortamları yaratarak görevlerini yerine getirmeye çalışmalıdırlar.

İnsan ilişkilerini temel alan yardım mesleklerinin başında hemşirelik gelmektedir. Hemşirelik bir yardım mesleğidir. Yardım etmede temel amaç, karşılıklı güvene dayalı bir iletişim ve etkileşim içinde hizmet verilen bireyi tanımak, bakım gereksinimlerini tanımlamak ve sonuçta sorunları ile daha etkin başedebilir, gereksinimlerini karşılayabilir hale gelmesini sağlamaktır<sup>13</sup>. Yapılan çalışmalar, hemşirelerin etkili kişilerarası ilişkiler ve iletişim becerisi geliştirmesinin hastalar üzerinde olumlu etkiler (hizmetten memnuniyetin artması, hastalık ve tedaviye uyum, iyileşmeye motivasyonun artması) yarattığını göstermektedir<sup>14,15</sup>.

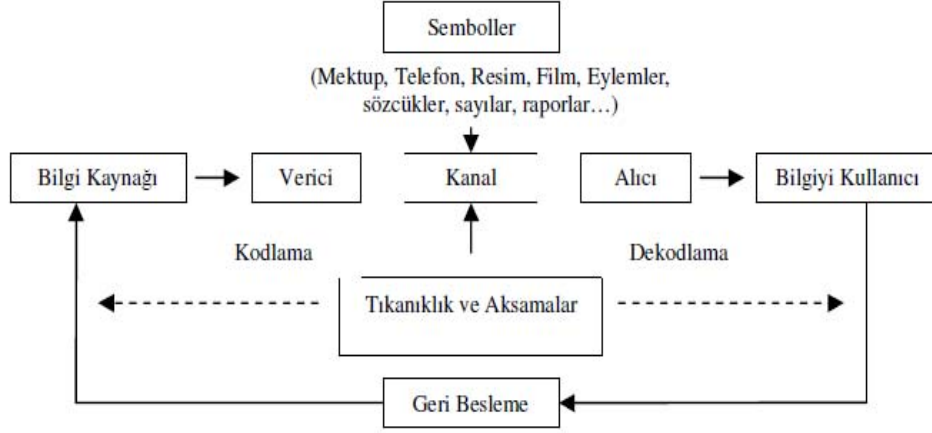
Balcı yapmış olduğu çalışmada<sup>12</sup>, psikolojik danışma ve rehberlik ana bilim dalına devam eden 31 öğrenciye her biri 1,5 saat olmak üzere 12 oturumluk bir program uygulamış,

öğrencilerin iletişim becerilerini değerlendirmek üzere geliştirdiği iletişim beceri envanteri kullanılmış ve danışma becerileri eğitiminin üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerini arttırmada etkili olduğunu tespit etmiştir.

İletişime dayanan diğer bir meslek olan öğretmenlikle ilgili olarak Tarhan<sup>16</sup>; öğretmenlere yönelik hazırladığı kişiler arası ilişkiler eğitim programının öğretmenlerin iletişim becerileri ve öz farkındalıkları üzerindeki etkisini incelemiştir. 10 hafta süren eğitimde Gordon'un etkili öğretmenlik eğitimi (EÖE) temel alınmıştır. Araştırma sonuçlarında deney grubundaki öğretmenlerin sorun yaşanan durumlarda uygun iletişim becerisi ile yanıt vermeyi ve iletişim engellerini yardımcı mesajlardan ayırt etmeyi öğrendikleri görülmüştür<sup>17</sup>.

Sosyal bilimler eğitimine dayanan meslekler, teknik eğitime dayanan meslek gruplarına kıyasla iletişim becerilerini daha fazla gerektirmektedir. Mühendislik bölümleri mesleklerine kıyasla, hukuk fakülteleri eğitimi ile bağlantılı meslekler için, iletişim becerilerinin daha önemli olduğu vurgulanmaktadır<sup>18</sup>.

Bu çalışmada da Atatürk Üniversitesi K.K. Eğitim fakültesinin farklı bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerinin iletişim becerileri karşılaştırılmıştır.



Şekil 1 İletişim Süreci

## MATERYAL ve METOD

Araştırma Atatürk Üniversitesi K.K. Eğitim fakültesinin farklı bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerinin iletişim becerileri karşılaştıran bir çalışmadır. Araştırmanın örneklemini Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü, Eğitim Bilimleri Bölümü, Matematik Öğretmenliği Bölümü, Coğrafya Öğretmenliği Bölümü ve Türkçe Öğretmenliği Bölümünde 2008-2009 eğitim öğretim yılında öğrenim gören 1., 2., 3., ve 4. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya toplam 297 öğrenci katılmıştır.

Araştırmada İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ) kullanılmıştır. İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ); Bireylerin iletişim becerilerini nasıl değerlendirdiklerini anlamak amacıyla Korkut tarafından geliştirilmiş<sup>19</sup>, "her zaman" dan "hiçbir zaman" a kadar

derecelendirilmiş, 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçek toplam 25 anıttan oluşmakta olup elde edilebilecek en yüksek puan 100, en düşük puan ise 0 dır. Tersine maddelerin olmadığı ölçekte puanın fazla oluşu bireylerin iletişim becerilerini olumlu yönde değerlendirdiklerini yansıtmaktadır. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları aynı kişi tarafından yapılmış ve alfa iç tutarlılık katsayısı 0.80 olarak bulunmuştur. Verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde t-testi, Tek Yönlü Varyans analizi ve LSD Post Hoc testleri kullanılmıştır. İstatistikî analizlerde anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  olarak seçilmiştir.

**BULGULAR**

Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlerine göre iletişim becerileri arasında fark olup olmadığını anlamak amacıyla Tek Yönlü Varyans analizi uygulanmıştır (Tablo 1). Tablo Bu bulgu öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlerine göre iletişim becerileri arasında fark olduğunu göstermektedir. Bu farkın hangi bölümlerde öğrenim gören öğrencilerden kaynaklandığını anlamak amacıyla LSD Post Hoc testi uygulanmıştır (Tablo 2). Tablo 2'den bölümlerin iletişim becerileri arasında farkın kaynağını anlamak amacıyla uygulanan LSD Post Hoc testi sonuçları incelendiğinde, Beden Eğitimi Öğretmenliği bölümündeki öğrencilerin iletişim becerilerinin, Eğitim Bilimleri, Coğrafya Öğretmenliği ve Türkçe Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilere göre çok düşük, Eğitim Bilimleri bölümündeki öğrencilerin iletişim becerilerinin, Beden Eğitimi Öğretmenliği, Matematik Öğretmenliği, Coğrafya Öğretmenliği ve Türkçe Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilere göre çok yüksek olduğu görülmektedir. Eğitim Bilimleri bölümü öğrencilerinin iletişim becerileri diğer bölümlerdeki öğrencilerden yüksek çıkmasının sebebi bu bölümdeki öğrencilerin Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim dalı öğrencileri olmasından kaynaklanmıştır. Çünkü bu anabilim dalında iletişim becerileri ders

incelendiğinde öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlerine göre iletişim becerilerine ilişkin varyans analizi sonucu  $F=40,476$  olup  $p<0.05$  önem düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

olarak öğretilmekte ve bu bölüm öğrencileri 1-2-3- ve 4. sınıflarda gerek alan gerekse seçmeli olarak iletişim becerilerini kazanmayı sağlayan dersler görmektedirler.

Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıflarına göre iletişim becerileri arasında fark olup olmadığını anlamak amacıyla Tek Yönlü Varyans analizi uygulanmıştır (Tablo 3). Tablo incelendiğinde öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıflarına göre iletişim becerilerine ilişkin varyans analizi sonucu  $F=6,573$  olup  $p<0.05$  önem düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu bulgu öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlerine göre iletişim becerileri arasında fark olduğunu göstermektedir. Bu farkın kaçınıcı sınıfta öğrenim gören öğrencilerden kaynaklandığını anlamak amacıyla LSD Post Hoc testi uygulanmıştır (Tablo 4). Tablo 4'den farklı sınıf seviyesindeki öğrencilerin iletişim becerileri arasında farkın kaynağını anlamak amacıyla uygulanan LSD Post Hoc testi sonuçları incelendiğinde, 1. sınıf öğrencilerinin iletişim becerilerinin, 2., 3. ve 4. sınıfta öğrenim gören öğrencilere göre çok düşük olduğu görülmektedir. Farklı sınıflarda



öğrenim gören öğrencilerin iletişim becerileri arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur. Özellikle 1. sınıf öğrencilerinin iletişim becerileri diğer sınıf seviyesindeki öğrencilere göre düşük çıkmıştır. Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf seviyesi arttıkça iletişim becerileri de artmaktadır. Bu durum eğitimin bir sonucu olarak değerlendirilebilir

Pehlivan<sup>20</sup>, Hacettepe Üniversitesi, Sınıf Öğretmenliği Ana Bilim Dalında öğrenim gören öğretmen adaylarının iletişim becerisi algılarının sınıf düzeyleri ve cinsiyetlerine göre farklılık gösterip göstermediğini araştırmıştır. Öğretmen adaylarının iletişim becerisi algılarına sınıf düzeyleri açısından bakıldığında 1. sınıf ile 4. sınıf arasında anlamlı bir fark bulunmuştur<sup>21</sup>.

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre iletişim becerileri arasında fark olup olmadığını anlamak amacıyla t testi uygulanmıştır (Tablo5). Tablo incelendiğinde öğrencilerin cinsiyetlerine göre iletişim becerilerine ilişkin t testi sonucu  $t=1,511$  olup  $p>0.05$  önem düzeyinde anlamsız bulunmuştur. Bu bulgu öğrencilerin cinsiyetlerine göre iletişim becerileri arasında fark olmadığını göstermektedir. Bu bulguyu destekleyen araştırmalar bulunmaktadır.

Keçeci<sup>22</sup>, yapmış olduğu çalışmada öğretim elemanlarının cinsiyetlerine göre öğretmen iletişim becerilerine yönelik öğrenci görüşleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit etmemiştir.

Ergin<sup>23</sup>, iletişim becerileri eğitim programına katılan kız ve erkek çocukların iletişim becerilerinin yaş, zeka, psikososyal olgunluk gibi bir çok faktörden etkilenirken cinsiyetin etkili bir faktör olmadığını tespit etmiştir. Dalkılıç<sup>24</sup>, 471 kız, 377 erkek ergene uyguladığı İletişim Becerileri Ölçeği'nde kız ve erkek ergenleri karşılaştırmış, ve aralarında cinsiyet açısından anlamlı düzeyde bir fark olmadığını bulmuştur.

İletişim becerileri ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark olmadığını ifade eden bu çalışmaların yanında kızların iletişim becerilerinin erkeklere nazaran daha yüksek olduğunu tespit eden çalışmalar da bulunmaktadır. Korkut<sup>25</sup>, iletişim becerileri eğitiminin etkilenirini araştırdığı bir çalışmada kızların, iletişim becerilerini erkeklerden daha olumlu algıladıklarını ortaya koymuştur. Şeker<sup>26</sup>, iletişim becerilerinde erkek öğretmenlerin kadın öğretmenlere oranla daha düşük iletişim becerisine sahip olduklarını tespit etmiştir. Köroğlu<sup>27</sup> yaptığı araştırmada, Kadın Emniyet Hizmetleri Sınıfı Personelinin iletişim beceri düzeyinin Erkek Emniyet Hizmetleri Sınıfı Personelinin iletişim beceri düzeyine göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. Kadın personelin zihinsel iletişim becerilerinin erkek personele göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Kadınlar sosyal hayatta iletişime daha açık ve erkeklere göre daha kolay iletişim kurabilmektedirler. Newman<sup>28</sup> kadınların arkadaşlık

ilişkilerine erkeklerden daha fazla önem verdiğini, diğer insanlara karşı da duyarlı, sevgi dolu, incelikli, insanlarla olmayı seven özellikler gösterdiklerini ortaya koymaktadır<sup>29</sup>. Tutuk ve arkadaşlarının<sup>15</sup> yapmış oldukları çalışmalarında da hemşirelerin iletişim becerilerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Hemşirelik Yüksekokulu'nda 1. ve 2. sınıfta yer alan genel ve mesleki iletişim dersleri ve diğer derslerde iletişimle ilgili konular

vurgulanmaktadır. Bu durumun Hemşirelik Yüksekokulu'na devam eden bayan öğrencilerin iletişim becerilerinin gelişmesine olumlu katkı sağladığı söylenebilir. Yurtdışında birçok tıp fakültesi ve sağlık eğitimi veren enstitüler "iletişim becerileri" ne yönelik eğitim programlarını yeniden yapılandırmışlardır. Bu durum ülkemiz için de geçerlidir.

**Tablo 1.** Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlerine göre iletişim becerileri ile ilgili varyans analizi

Bölümler	N	Aritmetik ortalama	Standart sapma	F
Beden Eğitimi Öğretmenliği	48	77,81	13,26	40,476*
Eğitim Bilimleri	77	95,59	5,08	
Matematik Öğretmenliği	62	77,95	14,25	
Coğrafya Öğretmenliği	58	87,93	6,27	
Türkçe Öğretmenliği	52	86,98	5,34	

(\*) p<0.05 anlamlı

**Tablo 2.** Bölümler arasındaki farka ilişkin LSD Post Hoc testi sonuçları

(I) BÖLÜM	(J) BÖLÜM	Ortalamalar arası fark (I-J)
Beden eğitimi öğretmenliği	Eğitim Bilimleri	-17,78490(*)
	Coğrafya Öğretmenliği	-10,11853(*)
	Türkçe Öğretmenliği	-9,16827(*)
Eğitim Bilimleri	Beden eğitimi öğretmenliği	17,78490(*)
	Matematik Öğretmenliği	17,64579(*)
	Coğrafya Öğretmenliği	7,66637(*)
	Türkçe Öğretmenliği	8,61663(*)
Matematik Öğretmenliği	Coğrafya Öğretmenliği	-9,97942(*)
	Türkçe Öğretmenliği	-9,02916(*)
Coğrafya Öğretmenliği	Beden eğitimi öğretmenliği	10,11853(*)
	Matematik Öğretmenliği	9,97942(*)
Türkçe Öğretmenliği	Beden eğitimi öğretmenliği	9,16827(*)
	Matematik Öğretmenliği	9,02916(*)

(\*) p<0.05 anlamlı

**Tablo 3.** Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıflarına göre iletişim becerileri ile ilgili varyans analizi

Sınıf	N	Aritmetik ortalama	Standart sapma	F
1. sınıf	31	77,86	13,18	6,573*
2. sınıf	45	84,18	10,51	
3. sınıf	71	86,96	11,42	
4. sınıf	150	87,71	11,36	

(\*) p&lt;0.05 anlamlı

**Tablo 4.** Sınıflar arasındaki farka ilişkin LSD Post Hoc testi sonuçları

(I) SINIF	(J) SINIF	Ortalamalar arası fark (I-J)
1. sınıf	2. sınıf	-6,32(*)
	3. sınıf	-9,09 (*)
	4. sınıf	-9,85(*)

(\*) p&lt;0.05 anlamlı

**Tablo 5.** Öğrencilerin cinsiyetlerine göre iletişim becerileri ile ilgili t testi

Cinsiyet	N	Aritmetik ortalama	Standart sapma	F
Kız	125	87,24	11,49	1,511
Erkek	172	85,16	11,89	

## SONUÇ

Günümüz çağdaş eğitim anlayışında, bireylerin ve toplumların gelişmesinde etkili iletişim becerilerine büyük ihtiyaç duyulmaktadır. Uygulanacak iletişim becerileri eğitim programları ile insan ilişkilerinin ağırlıklı olduğu mesleklerde çalışan meslek sahiplerine iletişim becerileri eğitimlerinin verilmesinde yaşamı kolaylaştırması açısından büyük bir yarar vardır (Korkut, 2005). İnsan ilişkilerinin ağırlıklı olduğu mesleklerin

başında öğretmenlik gelmektedir. Öğretmenin mesleğinde başarılı olması etkili konuşma becerisinin gelişmiş olmasıyla yakından ilgilidir. Özellikle Beden eğitimi ve Spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin alanları gereği bireylerle ve halkla yakın iletişim içerisinde olmaları gerektiğinden etkili iletişim becerileri ile ilgili dersleri almaları faydalı olacaktır. Aynı durum sadece bu bölüm için değil, Matematik Öğretmenliği, Coğrafya Öğretmenliği ve

Türkçe Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrenciler için de geçerlidir. Aslında üniversitelerin bütün fakültelerinde ve fakültelere bağlı bütün bölümlerde etkili iletişim dersi zorunlu ders olarak verilmeli, bu dersin bulunduğu bölümlerde ders sayısı ve çeşidi artırılarak, öğretmen adaylarının bu konuda donanımlı olarak görevlerine başlamaları sağlanmalıdır. Bu konuda kitle iletişim araçları özellikle de televizyondan faydalanarak, kişilerarası etkili iletişimi sağlayıcı programlardan destek alınmalıdır.

#### KAYNAKLAR

- Şenyapılı, Ö., Toplum ve İletişim, Ankara, 1981, s.9.
- Tevrüz, S. , Endüstri ve Örgüt Psikolojisi, Türk Psikologlar Derneği-Kalder Kalite Derneği, 1997.
- Güler, Deniz., “Eğitim İletişimi Kurumu Olarak Çocuk Televizyonu ve Uygulamaları İle Bir Model Önerisi”, Yayınlanmamış Doktora tezi, Eskişehir, 1990)
- Fiske, John., İletişim Çalışmalarına Giriş, Çev: Süleyman İrvan, Ark Yayınları, İstanbul,1996,
- Ana Britannica, Genel Kültür Ansiklopedisi, Anı Yayıncılık, 1993.s.520
- Çam, Sebahattin., “İletişim Becerileri Eğitimi Programının Öğretmen Adaylarının Ego Durumlarına ve Problem Çözme Becerisi Algılarına Etkisi”, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Doktora Tezi, s.1, Ankara, 1997
- Deniz, İbrahim “İletişim Becerileri Eğitiminin İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin İletişim Becerisi Düzeylerine Etkisi” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2003.
- Shannon, C., E.,“A Mathematical Theory of Communication” Reprinted with corrections from The Bell System Technical Journal, Vol. 27, pp. 379–423, 623–656, July, October, 1948.
- Akyurt, Nuran. “Sağlıkta İletişim ve Marmara Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri” . Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, Cilt:4, Sayı:11 Ağustos (2009), s.17. ISSN:1306-6366
- Köknel, Özcan.,İnsanı Anlamak, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1997, s.25.
- Razi, Gülcem., Kuzu., Ayşe., Yıldız, Ali Naci., Ocakçı, Ferda, A. Arifoğlu, Berna., “Çalışan Gençlerde Benlik Saygısı, İletişim Becerileri ve Stresle Baş Etme” TAF Preventive Medicine Bulletin, Araştırma/Research Article TAF Prev Med Bull 2009; 8(1):17-26
- Balcı, Seher., “Danışma Becerileri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeyine Etkisi”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ondokuzmayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun, 1996, s.xi.
- Smitherman C (1981) Nursing Action for Health Promotion, Philadelphia, F A Davis Company, 63-91.
- Daniels TG, Denny A, Andrews D., Using microcounselling to teach RN nursing students skills of therapeutic communication. Journal of Nursing Education , 27(6): 246-52. 1988.
- Tutuk, Aytül., AL, Derya., DOĞAN., Selma “Hemşirelik Öğrencilerinin İletişim Becerisi ve Empatik Düzeylerinin Belirlenmesi” C.Ü. Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 2002, 6 (2) s.36
- Tarhan, U. Effect of Interpersonal Skills Training on Teachers Communication Skills And Self Awareness, The Graduate School of Social Sciences of The Middle East Technical University, Doctor of Philisophy The Departman of Educational Science, 2000.
- Üstündağ, Emin., “ İletişim Becerilerini Geliştirme Programının Güvenlik Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarına Etkisi”,Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Ekim, 2006.
- Toy, Sevgi. “Mühendislik ve Hukuk Fakülteleri Öğrencilerinin İletişim Becerileri Açısından Karşılaştırılması ve İletişim Becerileriyle Bazı Değişkenler Arasındaki İlişkiler”, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2007.
- Korkut, Fidan. “İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi:Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışmaları”, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2(7), 18-23. 1996.
- Pehlivan, B.K., Öğretmen Adaylarının iletişim Becerisi Algıları Üzerine Bir Çalışma. İlköğretim-Online, 4(2), 2005, 17-23, 2002 on-line. <http://ilkogretim-online.org.tr>. (17 Nisan 2007).
- Alper, Dilek. “Psikolojik Danışmanlar ve Sınıf öğretmenlerinin Duygusal Zeka Düzeyleri, İletişim ve Empati Becerilerinin Karşılaştırılması”. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı, Yüksek Lisans Tezi, İzmir, 2007.
- Keçeci, Ayşe., “Bir Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü Öğretim Elemanlarının İletişim Becerilerinin Öğretim Elemanları ve Öğrenciler Tarafından Değerlendirilmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2002.
- Ergin, Hatice., “İletişim Becerileri Eğitim Programının Okulöncesi Dönem Çocuklarının İletişim Beceri Düzeylerine Etkisi”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2003.
- Dalkılıç, Meryem., “Lise Öğrencilerinin Ana-Baba ve Ergen İlişkilerinde Algıladıkları Problem Çözme ve İletişim Becerilerinin Bazı Değişkelere

- Göre İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, 2006.
- 25.Korkut, Fidan., “Yetişkinlere Yönelik İletişim Becerileri Eğitimi”, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28, 143-149, 2005.
- 26.Şeker, Aysel., “Sınıf Öğretmenlerinin İletişim Becerileri İle Sınıf Atmosferi Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya, 2000.s.69.
- 27.Koroğlu, Musa. “ Emniyet Teşkilatı Emniyet Hizmetleri Sınıfı Personelinin İletişim Becerilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi”, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Samsun, 2006.
- 28.Newman, M., Stepfamily Realities; How to Overcome Difficulties and Have a Happy Family, Dissertation Abstracts International, ERIC: ED879237 Aktaran: Durmuş Görür
- 29.Görür, D., “Lise Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Değerlendirmelerinin Bazı Değişiklikler Açısından İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adana, 2001.

# ERZURUM HALKININ KIŞ SPORLARI TURİZMİNE KARŞI TUTUMLARI

Kenan ŞEBİN<sup>1</sup>, M.Zahit SERARSLAN<sup>2</sup>, A. Gökhan YAZICI<sup>3</sup>, Erdoğan TOZOĞLU<sup>4</sup>,  
Öner GÜLBAHÇE<sup>5</sup>, Mehmet YORULMAZLAR<sup>6</sup>

<sup>1,3,4,5.</sup> Erzurum Atatürk Üniversitesi, K.K.Eğt.Fak. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

<sup>2,6.</sup> Marmara Üniversitesi, BESYO

## ÖZET

Bu araştırmanın amacı, “Erzurum Halkının Kış Sporları Turizmine Karşı Tutumları” başlığı altında Erzurum’da yaşayan insanların kış turizmine karşı tutumlarını ortaya koymaktır. Araştırma anket yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini Erzurum Büyükşehir Belediyesi sınırları içerisinde yaşayan halk oluşturmuştur. Anketin örnek bireylerini Erzurum da yaşayan 15 yaş üzeri erkek ve kadınlar olmak üzere toplamda 1372 kişi oluşturmaktadır. Yöre halkının kış sporları turizmi ile ilgili tutumlarını belirlemek amacıyla geliştirilmiş ölçek, alpha istatistik yöntemi ile geçerlilik testine tabi tutulmuştur. Tutum anketinin geçerlilik oranı 0.94 olduğu belirlenmiştir. Toplanan bilgi ve verilerin analizinde istatistikî paket programları kullanılmıştır. Araştırma grubu, Katılımcıların Erzurum kış sporları turizmine karşı tutumlarında birçok değişkene göre farklılıklar ortaya çıkmamakla birlikte yüksek oranda olumlu tutum içerisinde olduklarını ortaya koymuşlardır.

**Anahtar Kelimeler:** Tutum, Turizm,

## SUMMARY

### EXPECTATIONS OF ERZURUM’S INHABITANTS CONCERNING WINTER SPORTS TOURISM

The aim of this study is to determine the attitudes of the Erzurum’s inhabitants towards winter sports tourism. The investigation has been made by the survey method. People who live within the territory of Erzurum Metropolitan Municipality have made up the scope of the survey. Sampling of the study consists of men and women, totally 1372 people above the age of fifteen. Attitude scale which has been developed to determine the inhabitant’s attitudes towards the winter sports tourism has been subjected to validity test using alpha statistical test. The validity rate of attitude scale has been determined to be %94. Statistical package programs have been used for the analysis of collected information and data. At the end of the study, it has been determined that there are not many differences among the variables about winter sports tourism. Finally, it has been determined that the inhabitants have largely positive attitudes towards the winter sports tourism.

**Key Words:** Attitude, Tourism

Atabesbd 2010; 12 (2) : 23-35

## GİRİŞ ve AMAÇ

Tutum kavramlarıyla ilgili birçok tanım bulunmaktadır. Bireye mal edilen ve onun bir psikolojik obje ile ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını düzenli bir biçimde oluşturan eğilimdir, tanımı bunlardan biridir<sup>21</sup>.

Tutum terimi günlük dilimizin bir parçası olmuştur. Tutum sözcüğü Latince aptus sözcüğünden türetilip, “eylem için elverişli ve hazır” anlamına gelmektedir<sup>12</sup>. “Harekete hazır” anlamına gelen<sup>3</sup> tutum kavramına ilişkin birçok tanım yapılmıştır. Günümüzde sosyal psikologlar tarafından kabul gören tanım dikkate alındığında tutumların bireye ait olduğu ve onun bir nesneye ilişkin düşünce, duygu ve davranışlarına bir bütünlük ve tutarlılık getirdiği belirtilmiştir<sup>20</sup>. Smith’de, “Bireye atfedilen ve onun bir psikolojik obje ile ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını düzenli bir biçimde oluşturan bir eğilimdir.” olarak ifade etmiştir<sup>19</sup>.

Oppenheim, Tutum kavramını<sup>15</sup>, duyuşsal alan davranışlarının önemli bir bölümünü oluşturduğunu belirtmekte ve tutumla ilgili olarak “Bir bireyin herhangi bir uyarıcı karşısında olumlu ya da olumsuz tepki gösterme eğilimi.” tanımını yapmıştır. Ülgen<sup>22</sup>, kavrama bir başka açıdan yaklaşarak tutumların öğrenme yoluyla kazanıldığını ve öğrenmeyle kazanılan bu özelliklerin bireyin davranışlarına yön veren

karar verme sürecinde yanlılığa neden olabildiğini belirtmiştir. Başka bir tanımlayıcı ise tutumu, objesine karşı nasıl davranacağını belirleyen “davranışsal bir unsur” şeklinde betimlemektedir<sup>11</sup>.

Tutumlar gözle görülebilen bir davranış olmadığından ancak davranışa hazırlayıcı bir eğilimdir denilebildiği için gözle görülebilen bazı davranışlara yol açtığından, bu davranışların gözlenmesi sonucu tutumun var olduğu söylenebilir. Aynı zamanda düşünce, duygu ve davranışların düzenliliği söz konusu olmaktadır<sup>10</sup>. Tutumlar psikolojik değişken gibi direkt olarak gözlenemedikleri için dışa vurulmuş davranışlar veya sözlü ifadelere dayanılarak ortaya konulabilir<sup>9</sup>.

Sosyal psikolojide en çok kullanılan anlamıyla tutum, bireyin psikolojik obje ile ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını oluşturan ilgi olarak tanımlanmaktadır. Tutum doğrudan gözlenemeyen bir özelliktir. Bireyin gözlemlenebilen davranışları nedeniyle varsayılan ve o bireye atfedilen eğilimlerdir<sup>8</sup>. Günlük hayatta çok sık kullanılan tutum kelimesini farkına varmadan birçok kavramla eş anlamlı olarak kullanılmaktadır.

Turizmin gelişmişlik düzeyi ile yerel halkın turizmin etkilerine ilişkin tutumları arasında bir fark olup olmadığı konusu da araştırmacıların ilgisini çekmiştir<sup>1</sup>. Turizm gelişiminin düşük ve

orta düzeyde olduğu yörelerde turizmin yerel halk için oldukça yararlı olabileceğini, ancak turizmdeki gelişimin artışı ile birlikte, halkın tutumu hissedilir derecede olumsuz bir şekilde gelişebilir<sup>5</sup>.

Bir çok araştırmacı yöre halkının turizmin gelişmişlik seviyesini, yerel halkın turizmin etkisini algılamasını etkileyen unsurlardan biridir. Turizmin gelişmişlik seviyesi ve yerel halkın ekonomik, sosyal, çevresel ve nesnel ölçümleri veya algılanan etkiler arasında ters yönde olacaktır<sup>6</sup>. Turizm genellikle ekonomik faydadan dolayı yerel halkın çoğu tarafından büyük bir kabul görmektedir. Halkın turizmden kaynaklanan etkilere ilişkin algılamaları o bölgedeki turizmin gelişimi açısından önemlidir. Turizme karşı olumsuz tutumlar bölgedeki turizmin gelişimini birçok açıdan olumsuz etkileyebilir. Bu nedenle yerel halkın turizme karşı tutumlarının iyi bilinmesi ve turizmin gelişmesiyle ilgili politikalarının elde edilen bilgiler ışığında değerlendirilmesi gerekir.

Birçok araştırmacı yöre halkının turizme karşı tutumunu sosyal değişim konusu içinde ele alarak açıklamaya çalışmıştır<sup>2</sup>. Sosyal değişim teorisi; yerel halkın turizm gelişimine olan desteğinin, turizme yönelik algıladıkları faydanın, turizmin neden olduğu maliyeti geçmediği sürece devam ettiğini ifade etmektedir<sup>17</sup>.

Turizmin gelişiminde yerel halkın ikincil sakinlere karşı tutumları son derece

önemlidir<sup>17</sup>. Turizm yalnızca ekonomik bir olay olmayıp sosyal ve kültürel yönleri de olan toplumu ve sosyal yapıyı etkileyen bir harekettir. İnsanları birbirine daha da yaklaştıran turizm hareketleri gerek yerel halkın, gerekse turistlerin hayatına renk katar<sup>15</sup>. Tutumların öğrenilmesi sosyalleşme sürecinin ayrılmaz bir parçasıdır. Öğrenme ya dolaysız yaşantılar ya da başkalarıyla girilen etkileşimler yoluyla veya bilişsel süreçlerin bir ürünü olarak gerçekleşir<sup>9</sup>.

Bir tutumu oluşturan bileşenlere ilişkin olarak modeller kurmak her zaman sosyal psikologlar açısından önemli olmuştur. Yıllar içinde bir tutum inşa etmek için gerçekte kaç yaşamsal bileşenin gerektiği kuramcılar arasında görüş ayrılığına neden olmasına rağmen<sup>12</sup>, tutumlar incelenebilen davranışları ortaya çıkaran eğilimlerin incelenmesi, tutumu oluşturan bileşenlerin de beraberinde incelenmesini zorunlu kılmıştır. Araştırmacılar genelde tutumları, inanç ve değer ilişkileri olarak açıklasalar da böyle bir yaklaşımın tutum kavramını tam olarak açıklamada yetersiz kaldığı da savunulduğundan üç bileşenli (1. bilişsel bileşen, 2. duygusal bileşen, 3. davranışsal bileşen) tutum açıklaması daha yaygın olarak kabul görmektedir. Her bileşen bir diğerini etkilediği için her birinin ayrı olarak incelenmesi gereklidir<sup>14</sup>.

Özetle tutum oluşturan söz konusu üç bileşenin belli bir hiyerarşik sıra



içerisinde bir araya gelerek bir nesneye yönelik tutumlarını oluşturduğu ifade edilmektedir. Bu açıdan ilk önce bilişsel bileşenin, daha sonra duygusal bileşenin ve daha sonra da davranışsal bileşenin ortaya çıktığı görülmektedir<sup>7</sup>.

Bu çalışmada; Erzurum Halkının Kış Sporları Turizmine Karşı Tutumları başlığı altında, Erzurum'da ikamet eden insanların kış sporları turizmine karşı tutumları araştırılmıştır.

### **Yerel Halkın Turizme İlişkin Tutumları**

Tutum kavramlarıyla ilgili birçok tanım bulunmaktadır. Bireye mal edilen ve onun bir psikolojik obje ile ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını düzenli bir biçimde oluşturan eğilimdir, tanımı bunlardan biridir<sup>21</sup>. Birçok araştırmacı yöre halkının turizme karşı tutumunu sosyal değişim konusu içinde ele alarak açıklamaya çalışmıştır<sup>2</sup>. Sosyal değişim teorisi; yerel halkın turizm gelişimine olan desteğinin, turizme yönelik algıladıkları faydanın, turizmin neden olduğu maliyeti geçmediği sürece devam ettiğini ifade etmektedir<sup>17</sup>.

Turizmin gelişmişlik düzeyi ile yerel halkın turizmin etkilerine ilişkin tutumları arasında bir fark olup olmadığı konusu da araştırmacıların ilgisini çekmiştir<sup>1</sup>. Turizm gelişiminin düşük ve orta düzeyde olduğu yörelerde turizmin yerel halk için oldukça yararlı olabileceğini, ancak turizmdeki gelişimin artışı ile birlikte,

halkın tutumu hissedilir derecede olumsuz bir şekilde gelişebilir<sup>5</sup>.

Turizmin gelişmişlik seviyesini, yerel halkın turizmin etkisini algılamasını etkileyen unsurlardan biridir. Turizmin gelişmişlik seviyesi ve yerel halkın ekonomik, sosyal, çevresel ve nesnel ölçümleri veya algılanan etkiler arasında ters yönde olacaktır<sup>6</sup>. Turizm genellikle ekonomik faydadan dolayı yerel halkın çoğu tarafından büyük bir kabul görmektedir. Halkın turizmden kaynaklanan etkilere ilişkin algılamaları o bölgedeki turizmin gelişimi açısından önemlidir. Turizme karşı olumsuz tutumlar bölgedeki turizmin gelişimini birçok açıdan olumsuz etkileyebilir. Bu nedenle yerel halkın turizme karşı tutumlarının iyi bilinmesi ve turizmin gelişmesiyle ilgili politikalarının elde edilen bilgiler ışığında değerlendirilmesi gerekir.

### **MATERYAL ve METOD**

Araştırma Erzurum ili ve yöresinde yaşayan tüm meslek grubundaki insanları kapsayarak yapılmıştır.

### **Araştırmanın Yöntemi**

Erzurum ve yöresinde yaşayan insanların kış sporları turizmine karşı tutumlarını belirlemek amacıyla yapılan araştırma, konuyla ilgili yayınların taranması, alan araştırması esnasında araştırmacı tarafından konunun amacına

yönelik hazırlanan anketin uygulanmasına dayanmaktadır.

Anketler, araştırılan kişinin gizliliğini korumada güçlü olması, düşünülerek yanıtlar verilmesi ve analizlerinin kolay olması ile birlikte en kullanışlı metotlardan biri Likert ölçüm tekniği olmasından dolayı tercih edilerek beşli Likert kullanılarak uygulanmıştır<sup>4</sup>.

Araştırmada uygulanan anketin hazırlanması 3 aşamada gerçekleşmiştir.

1. Aşama: konuya ilişkin literatür taraması yapılarak elde edilen bilgiler doğrultusunda yöre halkını temsilen yörede yaşayan emekli, işçi, öğrenci, memur, işsiz, ev hanımı, esnaf, sanayici, tüccarlık yapan 100 kişilik bir gruba konuyla ilgili açık uçlu sorular yöneltilerek ankete temel oluşturacak ipuçları doğrultusunda tutum maddeleri yazılmıştır.

2. Aşama: Taslak anketi hazırlama aşamasında, tutum ifadelerine ölçek biçimi verilmiştir. Bunun için alt alta yazılan tutum ile ilgili ifadelerinin karşısına “Tamamen Katılıyorum, Katılıyorum, Kararsızım, Katılmıyorum, Tamamen Katılmıyorum” şeklinde derecelendirilmiş bir ölçek konularak bu konuda uzman kişilerin görüş ve düşüncelerine başvurularak ön test için hazır hale getirilmiştir.

3. Aşama: Araştırmanın uygulamalı bölümünde, amaca uygun olduğu varsayılan anket soruları araştırmanın evreni içerisinde küçük örneklem grubundan seçilen 100

kişiye uygulanarak güvenilirlik testi yapılmıştır.

### **Geçerlilik ve güvenilirlik analizi**

Araştırmada kullanılan anketin güvenilirlik katsayısı (Cronbach alpha) .94 olarak saptanmıştır.

### **Araştırmanın Evreni ve Örneklemi**

Araştırmanın evrenini Erzurum ve yöresinde yaşayan 15 yaşın üstündeki kişiler oluşturmaktadır. Bu bağlamda örneklemi direkt ve endirekt olarak kış sporları turizminden birçok yönden etkilenen, yöre halkını büyük oranda temsil ettiğine inanılan Esnaf-Tüccar-Sanayici, Memur, İşçi, Emekli, Ev Hanımı, Serbest Meslek Sahibi ve Öğrenci grubu oluşturmaktadır. Araştırmada uygulama anketi 15 yaş ile üstü erkek ve kadın olmak üzere 1550 kişiye uygulanmıştır. 456’sı bayan, 916’sı erkek olmak üzere toplamda 1372 kişinin doldurmuş olduğu anket değerlendirilmeye alınmıştır.

Bu araştırma; Kış sporları turizminin getirileri dikkate alınarak son yıllarda bu alanda büyük bir gelişme içinde olan Erzurum Palandöken Kış Sporları ve Turizm Merkezinden dolayı kış sporları turizminin yöre insanına sağladığı olumlu katkılar ön kabulünden yola çıkılarak planlanmıştır.

### **Verilerin Toplanması ve Analizi**

Bütün uygulamaların aynı zaman diliminde gerçekleştirilmesine özen gösterilmiştir. Araştırma, araştırmacı ve

Erzurum Milli Eğitim Müdürlüğüne Bağlı okullarda görev yapan 10 kişiden oluşan gönüllü Beden Eğitimi Öğretmenlerinin anketör olarak seçilip konuyla ilgili gerekli bilgiler aktarıldıktan sonra yüz yüze görüşülerek 2008 yılında uygulanmıştır. Veriler toplandıktan sonra bilgisayar ortamına aktarılmış, bu veriler araştırmanın amaçlarına yönelik belirlenen istatistikî programlarla analiz ve değerlendirmeleri yapılarak araştırmanın bulgular kısmı oluşturulmuştur.

Elde edilen verilerin kolay yorumlanabilmesi için bulgular bölümünde tablolar oluşturulmuş, tartışma bölümünde bu bulgular yorumlanmıştır. İstatistik programlar sayesinde elde edilen verilerin bazı değişkenlerle ilişki düzeyleri dikkate alınarak tablolara dönüştürülmüş. Bu sonuçlar doğrultusunda araştırmanın amacına uygun öneriler geliştirilerek araştırmaya son hali verilmiştir.

## **BULGULAR**

Bu bölümde Erzurum yöre halkının kış sporları turizmi ile ilgili tutumlarına ait bulgulara yer verilmiştir. Araştırmada 1372 kişinin doldurduğu anketler değerlendirilmeye alınarak Erzurum kış sporları ile ilgili tutumlarına ait veriler sorgulanmıştır. Kış sporları turizmi ile ilgili anket çalışmasına katılan yöre halkına ait demografik faktörlerin frekans ve yüzdeleri

tablo 1’de verilmiştir. Buna göre; Örnekleme giren bireylerden %50.8’nin ortalama aylık gelirleri 750 YTL. iken %24.7’sinin 751 ile 1250 YTL, %20.1’nin 1251 ile 2000 YTL ve %4.4’nün ise 2001 YTL ve üzerinde bir gelire sahip oldukları, %9.2’si Ev hanımı iken %21.1’i Esnaf-Sanayici-Tüccar, %9.8’i Serbest meslek, %15.7’si Öğrenci, %26.1’i Memur ve 18.1’inin ise İşçi olduklarını ifade etmişlerdir.

Yine örnekleme giren bireylerin %15.6’sı ilköğretim mezunu iken %58.3’ü Lise ve Dengi Okul, 20.6’sı Üniversite ve %5.5’inin ise Yüksek Lisans ve Doktora mezun olduklarını belirtirken %75.4’ünün Erzurum doğumlu, %24.6’sı ise Erzurum doğumlu olmayanlardan oluşmakla birlikte %56.3’ünün Evli ve %43.7’sinin ise Bekâr olduğu, Örnekleme giren bireylerin %33.2’si Kadınlardan ve diğer kalan %66.8’inin Erkeklerden oluştuğu ve %25.7’sinin 15-20 yaş arasında, %25.3’ünün 21-30 yaş arasında, %23.8’i 31-40 yaş arasında ve %25.3’ünün ise 41 yaş ve üzerinde oldukları anlaşılmaktadır. Kış sporları turizmi ile ilgili anket çalışmasına katılan yöre halkına ait bilgilerin frekans ve yüzdeleri tablo 2’de verilmiştir. Buna göre; Örnekleme giren bireylerin %6.6’sı her zaman, %41.8’i bazen %51.5’i ise hiçbir zaman Palandöken kayak merkezinde bulunan otellerden faydalanmadıklarını, %11.3’ü Palandöken

kayak merkezine herhangi bir nedenle her zaman giderken, %55.3'ü bazen gittiklerini, %33.4'ü hiçbir zaman gitmediklerini, %35.9'u kış sporları yaparken, %64.1'i ise yapmadıklarını, bireylerden %22.8'i yabancı dil bildiklerini, %32.3'ü hiç yabancı dil bilmediklerini, %44.9'u da kısmen yabancı dil bildiklerini ifade etmişlerdir. Yine katılımcıların %23.6'sı kayak yapmasını bilirken, 31.0'inin biraz bildikleri ve %45.4'ünün ise bilmedikleri, %7.4'ü 2 yıldan az bir süre Erzurum'da yaşadıklarını belirtirken, %10.4'ü 2 ile 5 yıl arası, 7.9'u 6 ile 10 arası ve %74.2'si ise 10 yıldan fazla yaşadıklarını ifade etmişlerdir.

### **1. Kış Sporları Turizmi İle İlgili Tutumlar**

Katılımcıların kış sporları turizmine karşı tutumlarına ait veriler tablolar haline getirilerek yorumlanmıştır.

Tablo 3'de Erzurum kış sporları turizmine yönelik yöre halkının tutumlarına ait toplam veriler incelendiğinde katılımcıların yaklaşık %54.63'ü (%27.352+27.28) tamamen katılıyor veya katılıyor, %28.12'si (%12.78+15.344) tamamen katılmıyor veya katılmıyor, %17.24'ü ise kararsız, şeklinde olduğu görülmektedir. Tutumlarla ilgili maddelerin yüzde değerlerine bakıldığında en yüksek katılım %72.5 ile "Kış sporları turizmini önemli buluyorum" maddesi, en düşük katılım ise %13.6 ile "Kış sporları ilgi çekicidir" maddesinde saptanmıştır.

Kararsızlarda ise %27.8 ile "Kış sporlarını yaptığımda işlerimde daha başarılı olurum", en düşük ise %11.2 ile "Kış Sporları Turizmini Önemli Buluyorum" ifadesi yer almıştır. Yöre halkının kış sporları ile ilgili tutumlarına genel olarak bakıldığında yöre halkının tutumları olumlu yöndedir görüşü ortaya çıkmıştır.

### **2. Kış Sporları Turizmine Karşı Tutum Değişkenleri**

Bu bölümde araştırmada elde edilen tutumlara ait verilerin cinsiyet, doğum yeri, medeni durum ve kış sporu yapma değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediği sorgulanmıştır.

Elde edilen bulgular tablolar halinde gösterilmiş ve bulgular tabloların altında yorumlanmıştır. Tablo 4'deki katılımcıların cinsiyet değişkenlerine göre Erzurum kış sporları turizmine ilişkin tutum farklılıkları "p" değerleri ve ortalama puanları incelendiğinde;

Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre Erzurum kış sporları turizmine ilişkin tutumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır (p<0.05). Bu bağlamda erkeklerin kadınlara göre kış sporları turizmine karşı daha olumlu bir tutum içerisinde oldukları söylenebilir. Nitekim Erkeklerin ortalama puanı 86.32 iken kadınların ortalama puanı 83.09 olduğu görülmektedir. Yapılan t testi istatistiğinde de bu iki ortalama değer arasında önemli bir farklılığın olduğu tespit

edilmiştir. Tablo 5'deki katılımcıların doğum yeri değişkenlerine göre Erzurum kış sporları turizmine ilişkin tutum farklılıkları “p” değerleri ve ortalama puanları incelendiğinde;

Doğum yeri değişkenine göre katılımcıların Erzurum kış sporları turizmine ilişkin tutumları arasında istatistiksel açıdan çok önemli bir farklılık ortaya çıkmıştır ( $p < 0.05$ ). Nitekim Erzurum doğumlu olanlarla Erzurum doğumlu olmayanların ortalama tutum puanları karşılaştırıldıklarında p değerinin .000 olduğu ortaya çıkmıştır. Buda 0.01 den küçük bir değer olduğu için farklılık çok önemlidir. Ortalama değerlere bakıldığında bu durumu görmek mümkündür. Çünkü Erzurum doğumlu olanların ortalama değeri 86.74 iken Erzurum doğumlu olmayanların 80.68'de kalmaktadır. Tablo 6'daki katılımcıların medeni durumlarına göre Erzurum kış sporları turizmine ilişkin tutum farklılıkları “p” değerleri ve ortalama puanları incelendiğinde;

Medeni durum değişkenine göre katılımcıların Erzurum kış sporları

turizmine karşı olan tutumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır ( $p > 0.05$ ). Dolayısıyla Erzurum kış sporları turizmine karşı evli olanlarla bekâr olanların tutumları aynıdır. Ortalama puanlarına bakıldığında bu durum kolaylıkla görülebilmektedir. Nitekim evli olanların ortalama tutum puanları 85.28 iken bekâr olanların ortalama tutum puanlarının 85.20 olduğu görülmektedir. Tablo 7'deki kış sporu yapma durumuna göre Erzurum kış sporları turizmine ilişkin tutum farklılıkları “p” değerleri ve ortalama puanları incelendiğinde;

Kış sporunu yapanlar ile kış sporunu yapmayan katılımcıların, Erzurum kış sporları turizmine karşı tutumlarında istatistiksel açıdan çok önemli bir farklılık olduğu saptanmıştır ( $p < 0.05$ ). Nitekim p değeri çok önemlilik sınırı olan 0.01'in çok altındadır (.000). Zaten bu durum ortalama tutum puanlarından da çok net olarak anlaşılmaktadır. Kış sporu yapanların ortalama tutum puanları 99.09 iken kış sporu yapmayanların ortalama tutum puanları sadece 77.51'de kalmaktadır.

**Tablo 1.** Örnek Bireylerin Özelliklerine Göre Dağılımları

Yöre halkına ait demografik özellikler		Sayı	Yüzde
Size Ait Ortalama Aylık Geliriniz?	750 YTL ve Altı	697	50.8
	751-1250 YTL Arası	339	24.7
	1251-2000 YTL Arası	276	20.1
	2001 YTL ve Üzeri	60	4.4
	<b>TOPLAM %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>
Mesleğiniz	Ev Hanımı	126	9.2
	Esnaf, Sanayici, Tüccar	289	21.1
	Serbest Meslek	135	9.8
	Öğrenci	216	15.7
	Memur	358	26.1
	İşçi	248	18.1
	<b>TOPLAM %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>
Eğitim Düzeyiniz?	İlköğretim	214	15.6
	Lise ve Dengi Okullar	800	58.3
	Üniversite	282	20.6
	Yüksek Lisans ve Doktora	76	5.5
	<b>TOPLAM %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>
Doğum yeriniz?	Erzurum İli	1034	75.4
	Erzurum İli Dışı	338	24.6
	<b>TOPLAM %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>
Medeni Durumunuz?	Evli	772	56.3
	Bekâr	600	43.7
	<b>TOPLAM %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>
Cinsiyetiniz?	Kadın	456	33.2
	Erkek	916	66.8
	<b>TOPLAM %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>
Yaşınız?	15-20 Yaş Arası	352	25.7
	21-30 Yaş Arası	347	25.3
	31-40 Yaş Arası	326	23.8
	41 Yaş ve Üzeri	347	25.3
	<b>TOPLAM %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>

**Tablo 2.** Örnek Bireylerin Bazı Kişisel Özellikleri İtibariyle Dağılımları

Yöre halkına ait kişisel bilgiler		Sayı	Yüzde
Palandöken Kayak Merkezinde bulunan otellerden faydalanabiliyor musunuz?	Her zaman	91	6.6
	Bazen	574	41.8
	Hiçbir zaman	707	51.5
	<b>Toplam %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>
Palandöken Kayak Merkezine herhangi bir nedenle gidiyor musunuz?	Her Zaman	155	11.3
	Bazen	759	55.3
	Hiçbir Zaman	458	33.4
	<b>Toplam %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>
Kış Sporları yapıyor musunuz?	Evet	492	35.9
	Hayır	880	64.1
	<b>Toplam %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>
Yabancı dil biliyor musunuz?	Evet	313	22.8
	Hayır	443	32.3
	Kısmen	616	44.9
	<b>Toplam %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>
Kayak yapmayı biliyor musunuz?	Evet	324	23.6
	Hayır	623	45.4
	Biraz Biliyorum	425	31.0
	<b>Toplam %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>
Kaç yıldır Erzurum'da yaşıyorsunuz?	2 yıldan az	102	7.4
	2 ile 5 yıl arası	143	10.4
	6 ile 10 yıl arası	109	7.9
	10 yıldan fazla	1018	74.2
	<b>Toplam %</b>	<b>1372</b>	<b>100</b>

**Tablo 3.** Kış Sporları Turizmi ile İlgili Tutumların Dağılımı

Yöre Halkının Erzurum Kış Sporları Turizmi ile İlgili Tutumlarına İlişkin Görüşler	Tamamen Katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katlıyorum		Tamamen Katlıyorum		Toplam Sayı	Toplam %
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
Kış Sporları İle Yakından İlgilenirim.	243	17.7	267	19.5	204	14.9	341	24.8	317	23.1	1372	100
Kış Sporları Her Zaman İlgimi Çeker.	125	9.1	161	11.7	155	11.3	465	33.9	466	34.0	1372	100
Kış Sporları İle İlgilenmekten Hoşlanırım.	154	11.2	186	13.6	176	12.8	470	34.2	386	28.1	1372	100
Kış Sporlarını Ailece Yapmaktan Zevk Alırım.	271	19.8	315	23.0	219	16.0	329	24.0	238	17.2	1372	100
Kış Sporlarını Her Zaman Eğlenceli Bulurum.	125	9.1	124	9.0	187	13.6	451	32.9	485	35.4	1372	100
Kış Sporlarını Öğrenmek Kolaydır.	157	11.4	247	18.0	365	26.6	328	23.9	275	20.1	1372	100
Kış Sporları İlgi Çekicidir.	83	6.0	104	7.6	195	14.2	494	36.0	496	36.2	1372	100
Kış Sporları Heyecan Vericidir.	85	6.2	129	9.4	167	12.2	462	33.7	529	38.5	1372	100
Kış Sporlarını Herkes Yapmalıdır.	137	10.0	174	12.7	269	19.6	391	28.5	401	29.2	1372	100
Kış Sporları İle Uğraşmak Beni Mutlu Eder.	147	10.7	166	12.1	219	16.0	219	29.5	435	31.7	1372	100
Kış Sporları Rahatlamama Neden Olur.	157	11.4	192	14.0	289	21.1	388	28.3	346	25.2	1372	100
Kış Sporlarını Yaptığımda İşlerimde Daha Başarılı Olurum.	196	14.3	262	19.1	381	27.8	302	22.0	231	16.8	1372	100
Kış Sporları İle İlgili Tüm Faaliyetlere Katılmaktan Hoşlanırım.	166	12.1	200	14.6	272	19.8	406	29.6	328	23.9	1372	100
Kış Sporlarına Zaman Ayırırım.	247	18.0	275	20.0	232	16.9	351	25.6	267	19.5	1372	100
Kış Sporları İle Uğraşırken Sakatlanmaktan Korkmam.	253	18.4	231	16.8	266	19.4	296	21.6	326	23.8	1372	100
Kış Sporlarıyla Uğraşmak Zaman Kaybı Değildir.	115	8.4	194	14.1	212	15.5	399	29.1	452	32.9	1372	100
Kış Sporlarını Her Yıl Yapmak İçin Elimden Geleni Yaparım.	211	15.4	246	17.9	209	15.2	329	24.0	377	27.5	1372	100
Kış Sporlarındaki Becerilerim Yaşamımı Daha Da Zevkli Kılar.	173	12.6	215	15.7	268	19.5	357	26.0	359	26.2	1372	100
Her İmkân Bulduğumda Kış Sporlarını Yapmaya Çalışırım.	203	14.8	257	18.7	246	17.9	307	22.4	359	26.2	1372	100
Havalar Isındığında Kış Sporları Sezonunu Sabırsızlıkla Beklerim.	253	18.4	265	19.3	272	19.8	297	21.6	285	20.9	1372	100
Kış Sporları Sportmenliği Öğrettiğine İnanırım.	142	10.3	190	13.8	249	18.1	445	32.4	346	25.4	1372	100
Kış Sporlarına Her Yıl Belli Bir Bütçe Ayırırım.	307	22.4	318	23.2	218	15.9	283	20.6	246	17.9	1372	100
Kış Sporları Turizminin Gelişmesi İçin Elimden Geleni Yaparım.	145	10.6	223	16.3	260	19.0	353	25.7	391	28.4	1372	100
Kış Sporları Sayesinde Yeteneklerimin Farkına Varırım.	176	12.8	212	15.5	230	16.8	357	26.0	397	28.9	1372	100
Kış Sporları Turizmini Önemli Buluyorum.	109	7.9	115	8.4	154	11.2	377	27.5	617	45.0	1372	100
Toplam Yüzde	(%12.78+15.344) %28.12				%17.24		(%27.352+27.28) %54.63				1372	100

**Tablo 4.** Cinsiyet Değişkenine Göre Erzurum Kış Sporları Turizmine İlişkin Tutum Farklılıkları

Cinsiyet	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	t	p
Kadın	456	83.09	22.63	-2.356	.017
Erkek	916	86.32	24.13		

**Tablo 5.** Doğum Yeri Değişkenine Göre Kış Sporları Turizmine İlişkin Tutum Farklılıkları

Doğum Yeri	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	t	p
Erzurum	1034	86.74	23.33	4.110	.000
Erzurum Dışı	338	80.68	24.21		

**Tablo 6.** Medeni Durumlarına Göre Kış Sporları Turizmine İlişkin Tutum Farklılıkları

Medeni Durum	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	t	p
Evli	772	85.28	23.38	.064	.949
Bekâr	600	85.20	24.09		

**Tablo 7.** Kış Sporunu Yapma Durumuna Göre Kış Sporları Turizmine İlişkin Tutum Farklılıkları

Spor Yapma Durumu	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	t	p
Kış sporu yapanlar	492	99.09	18.75	17.99	0.000
Kış sporu yapmayanlar	880	77.51	22.61		

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmada halkın eğitim, meslek, doğum yeri, cinsiyet, medeni durum, kış sporları yapma değişkenlerine göre kış sporları turizmi ile ilgili tutumlarının değerlendirilmesi yapılmıştır.

Katılımcıların; Cinsiyet değişkenlerine göre Erzurum kış sporları turizmine ilişkin tutumlarında anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır. Araştırmaya 456'sı bayan, 916'sı erkek olmak üzere toplam 1372 kişi katılmıştır. Cinsiyet değişkenine

göre tutumlarda farklılıkların çıkması, yörede kadınların spor aktivitelerinde geri planda olmalarının etken olduğu düşünülmektedir. Milman ve Pizam, da cinsiyete göre yerel halkın turizme karşı tutumlarında farklılıklar ortaya çıktığını belirtmektedirler<sup>13</sup>. Odabaşı ve Barış ise Kendine güven, saygınlık, zekâ, eğitim ve cinsiyet farkı gibi özellikler tutum değişikliğinde önemli etmenler olduğunu savunmuşlardır<sup>14</sup>.

Ankete katılanların doğum yeri değişkenlerine göre kış sporları turizmi ile



ilgili tutumlarında anlamlı bir fark bulunmuştur. Nitekim elde edilen verilerin toplam yüzdelere göre; Erzurum doğumlu olanlar ile Erzurum doğumlu olmayanlar arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Erzurum doğumlu olanların sayısı 1034 iken Erzurum doğumlu olmayanların sayısı ise 338 kişi olmuştur. Erzurum doğumlu olanların kış sporları ve turizmi ile iç içe yaşadıklarından kış sporları turizmine yönelik tutumlarını olumlu yönde etkileyecektir. Davis ve arkadaşları bölgenin yerlisi olan halkın yeni gelip yerleşenlere göre turizme karşı tutumlarının daha olumlu olduğunu ortaya koymuştur<sup>26</sup>.

Katılımcıların; Medeni durumlarına göre kış sporları turizmi ile ilgili tutumlarında anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Katılımcıların evli veya bekâr olmalarının kış sporları turizmine karşı tutumlarında farklılık yaratmaması olumlu olarak değerlendirilebilir.

Brougham ve Butler, turizmin ev sahibi toplumların sosyal ve kültürel yapısı üzerindeki etkilerini belirlemek amacıyla Sleaford, İngiltere’de yöre halkının turizme karşı tutumlarını incelemiştir. Araştırmada, halkın turizme karşı tutumunun yaş, medeni durum, dil, yörede yaşama süresi, turistlerle ilişki derecesi, bireysel ve yöresel ilişkilere bağlı olarak değiştiği doğrulanmıştır<sup>19</sup>.

Araştırmacıardan 492 kişi kış sporlarını yaparken 880 kişinin kış sporlarını yapmadığı saptanmıştır. Kış sporları yapanlar ile kış sporu yapmayanların kış sporları turizmine karşı tutumlarında anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır.

Erzurum kış sporları turizmi ile ilgili yöre halkının oldukça yüksek oranda olumlu tutum ve beklenti içerisinde oldukları sonucu ortaya çıkmıştır. Katılımcıların anketlerdeki sorulara verdikleri tepkilerden alınan sonuçlara göre Erzurum kış sporları turizmi ile ilgili bazı önerilerde bulunmak mümkündür.

Yöre halkının kış sporları turizmine karşı olan olumlu tutumlarının yüksek çıkması önemlidir. Yöre halkının cinsiyet, yaş, eğitim ve meslek grubu arasındaki tutum farklılıkların daha da azaltılması için çeşitli faaliyetler yapılabilir. Bu faaliyetlerin başında yörede kadınların da kış sporları ile yakından ilgilenmeleri ile birlikte tüm meslek gruplarının turizm aktivitelerinde önemli roller üstlenebilmesi olanakları sağlanabilir.

#### KAYNAKLAR

- 1.Allen L, Long PT, Perdue RR, Keiselbach S. The Impact Of Tourism Development on Residents Perception of Community Life, Journal of Travel Research, 1988. s.16-21
- 2.Ap J. Residents’ Perception on The Social Impacts of Tourism, Annals of Tourism Research, 1990. 17, 4: 610-16.
- 3.Arkonacı SA. Sosyal Psikoloji.2001.Değiştirilmiş ve genişletilmiş ikinci basım, İstanbul.
- 4.Bahar O, Kozak M. Uluslar arası Turizm ve Rekabet Edebilirlik, . 2005. Detay Yayıncılık, s.39-41, Ankara.

5. Butler RW. The Concept of a Tourist Area Cycle of Evolution: Implications for Management of Resources, Canadian Geographer, 1980.s.5-12.
6. Doxey GV. Causation Theory of Visitor-Resident Irritation: Methodology And Research Inference. Proceedings of The 6th Annual Conference of the Travel Research Association. San Diego, CA: Travel Research Association. 1975.
7. Elden M, Ulukök Ö, Yeygel S. Şimdi Reklamlar, 2005. İletişim yayınları, s.233, İstanbul.
8. Göksel A, Bülent Kocabaş F, Elden M. Pazarlama İletişimi Açısından Halkla İlişkiler ve Reklam, 1997. Yayınevi yayıncılık, İstanbul.
9. İnceoğlu M. Tutum-Algı İletişim, Ocak 2000. İmaj yayıncılık, Ankara.
10. Kağıtçıbaşı Ç. İnsan ve İnsanlar, 1996. Evrim basım Yayın, s.84-100, İstanbul.
11. Mahmut O. İletişimciler İçin Davranış Bilimlerine Giriş, 1996.s.211, Der Yayınları, İstanbul.
12. Michael AH, Graham MV. (çevirmen, Yıldız İ., Gelmez A.) Social Psychology, 2007. s.174, Ütopya yayınevi, Ankara.
13. Milman A, Pizam A. Social Impact Of Tourism On Central Florida. Annals of Tourism Research, 1988. 15, 2:191-204.
14. Odabaşı Y, Barış G. Tüketici Davranışı, 2003. s.158, Kapital Medya, 2.Baskı, İstanbul.
15. Oppenheim AN. Questionnaire Design, Interviewing and Attitude Measurement. New edition. 1992. New York: Printer Publishers
16. Özdemir M, Gürkan İM. Turizm Hareketlerinin Sosyo-Ekonomik Yapıya Etkisi, 2000. Anatolia Araştırmaları Dergisi, Yıl 11, s.79, Ankara.
17. Perdue RR, Long PT, Allen L. Resident Support for Tourism Development. Annals of Tourism Research, 1990. 17, 4: 586-599.
18. Reichal A, Uriely N, İsraili A. Local Versus Peripheral Resident Attitudes Toward Tourism Development, Firs Tourism Congress of Mediterranean Countries, Akdeniz Universty, 2002. 17-21 April s.120-132. Antalya.
19. Smith MB. Attitude chance. International encyclopedia of the Social Sciences. Crowell Collier and Mac millan., 1968. s.458-459.
20. Tavşancıl E. Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi, 2002. Nobel Yayınları, s.148, Ankara.
21. Usal A, Kuşluvan Z. Davranış Bilimleri: Sosyal Psikoloji, 2002. Barış Yayınları Fakülteler Kitapevi, 4.Basım İzmir.
22. Ülgen G. Eğitim Psikolojisi Birey ve Öğrenme. 1995. Bilim Yayınları, Ankara.

# BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK OKULU LİSANS VE LİSANSÜSTÜ ÖĞRENCİLERİNDE MARKA TERCİHİNDE ETKİLİ OLAN UNSURLARIN ARAŞTIRILMASI

A. Gökhan YAZICI<sup>1</sup> Erdoğan TOZOĞLU<sup>1</sup> Kenan ŞEBİN<sup>1</sup>  
Özgür BOSTANCI<sup>2</sup> M. Fatih KARAHÜSEYİNOĞLU<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi

<sup>2</sup> Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

<sup>3</sup> Fırat üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

## ÖZET

Bu araştırmanın amacı; Beden Eğitimi ve Spor Yüksel Okulu lisans ve lisansüstü öğrencilerinin spor ürünü satın alırken marka tercihinde etkili olan unsurların araştırılmasıdır. Araştırmada anket yöntemi kullanılmıştır. Ölçme aracı olarak hazırlanan anket, Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda lisans, yüksek lisans ve doktora öğrenimi gören 80 bayan ve 170 erkek olmak üzere, 250 öğrenciye uygulanmıştır. Elde edilen veriler, SPSS paket programında değerlendirilmiştir. Verilerin çözümlenmesinde  $\chi^2$  ve frekans teknikleri kullanılmıştır. Bulgularda ankete katılan bireylerin %54'ü spor ürünleri dışındaki ürünleri satın alırken marka tercihinde bazen buldukları, fakat spor ürünleri satın alırken marka tercihinde %72'i oranında buldukları ortaya çıkmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin, spor ürünlerinde markayı tercih etmesinde, markanın; kalite, dayanıklılık, tasarım, kullanılabilirlik, güvenilirlik, emniyet, moda ve sağlıklı olması özelliklerinin, etkili olduğu ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte bireyler üzerinde markanın psikolojik (duygusal ilişki) etkisinin de markalı spor ürünü tercihinde etkili olduğu da ortaya çıkmıştır. Sonuç olarak, araştırma sonucunda öğrencilerin spor ürünlerinde marka tercihindeki unsurların neler olduğu önem oranı ortaya çıkarılmış ve bu bilgiler ışığında spor ürünleri üreten işletmelere de öneriler sunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** spor, marka, ürün.

## THE RESEARCH OF THE EFFECTS THAT EFFECT THE TREND CHOICES OF THE UNDERGRADUATE AND POST GRADUATE STUDENTS IN COLLEGE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS.

### ABSTRACT

The aim of this research is to find out the elements which affect the brand choice of faculty and graduate students in Physical Education and Sports School while buying sport products. A survey was made to carry out this research. The survey was carried out in 250 students, 80 female-170 male, who are studying faculty, graduate and post-graduate courses in Physical Education and Sports School at Marmara University.  $\chi^2$  and frequency techniques were used to analyse the data. In the findings, it has been found out that %54 of the students sometimes make a brand choice while buying non-sport products, but % 72 of them make a brand choice while buying sport products. It has been seen that, for the individuals in the survey, quality, endurance, design, practicability, reliability, that safety and health aspects of the brand are effective in the choice of it. Moreover, it has psychological effect (emotional relation) has also an influence on the choice of brand. As a result, the importance of the elements which are important for students in choosing the brand in sport products has been found out and in accordance with these findings, offerings have been made to companies producing sport products.

**Key Words:** Sport, Brand, Product

## GİRİŞ ve AMAÇ

Milyonlarca insanın aktif ve pasif bir şekilde içinde olduğu spor, günümüzde ki en önemli olgulardan biridir. Gerek ürün gerek hizmet sunan işletmeler bu kadar büyük ve etkili pazara girmek ve pazarda amaçlarını gerçekleştirebilmek için farklı strateji ve politikalar uygulamışlardır ve pazarın özelliklerine göre yeni strateji ve politikalar uygulamaya devam etmektedirler. Bunlardan en önemlisi ve tüketici üzerinde etkili olan marka unsurudur.

Marka; herhangi bir işletme tarafından üretilerek ya da daha çok aracı kurum tarafından piyasaya arz edilmekte olan, hizmetlere bir kimlik kazandıran, ilgili ürünü rakiplerinden farklı kılan bir terim, sembol, isim ya da bunların kombinasyonudur.<sup>(6)</sup> Marka üreticiler açısından işletmenin en önemli unsurudur. İşletmeler ürün veya hizmetlerini markasının sahip olduğu özellikler açısından, diğer işletme ürünleri arasındaki farkın ortaya çıkması ve anlaşılması açısından önemlidir.<sup>(5)</sup>

Ürün ve hizmetleri tanımlamak, birbirinden ayırt etmek, hakkında bilgilendirmek, imaj yaratmak ve hatta söz konusu ürün veya hizmet için belli bir kimlik kazandırmak amacıyla ilave edilen bir isim, terim, sembol, sözcük, şekil veya bunların bütününe marka denir.<sup>(2)</sup>

A.Gökhan YAZICI ve Ark.

Marka, gerek "kalite", gerekse "dürüst bir çalışma" ve "İş hacmi" sembolü olarak hak sahibini tanıtan işaretlerdir.<sup>(7)</sup>

Kalite, kullanım kolaylığı, fonksiyonları, tüketici ihtiyaçlarını en iyi biçimde karşılayan ve fiyat açısından en iyi olan mal veya hizmet olarak tanımlanmaktadır.<sup>(9)</sup> Marka yaratma açısından kalite unsuru önemli bir faktördür. Bir alman atasözü "oltanın ucundaki solucan balığın hoşuna gitmelidir, balıkçının değil" kalite anlayışını güzel bir şekilde özetleyen bu atasözü; işletmeler marka olma yönünde tüketicilerin istek ve ihtiyaçlarını tatmin edecek düzeyde ürün oluşturmalıdır.<sup>(10)</sup>

Üretim, ticaret veya hizmet işletmelerinden oluşan, bir grubun mal veya hizmetlerini diğer işletmelerin mal veya hizmetlerinden ayırt etmeye yarayan işaretlerdir.<sup>(13)</sup>

## MATERYAL ve METOD

Araştırma Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda öğrenim gören öğrencileri kapsayarak yapılmıştır. Bu bölümde araştırmanın amacı ve yöntemi, evren ve örnekleme, araştırma verilerinin toplanması ve verilerin analizleri üzerinde durulmuştur.

### 1. Araştırmanın Yöntemi

Türkiye’de öğrenim gören spor yüksek okulu öğrencilerinin spor

ürünlerinde marka tercihinde etkili olan unsurların ortaya çıkarılması amacıyla yapılan bu araştırma, analitik yöntem ve anket yönteminin birlikte kullanılmasıyla gerçekleştirilmiştir. Alanında ilk çalışma olması sebebiyle giriş ve amaç başlığı altında verilen bilgiler analitik yöntem yâda ikincil kaynak taramasıyla gerçekleştirilmiştir. Tezin uygulamalı kısmında kullanılan bilgi ve veriler ise anket yöntemiyle toplanmıştır.

## 2. Araştırmanın Önemi

Bu araştırma İstanbul Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, lisans, yüksek lisans ve doktora öğrencilerinde, marka tercihlerinde etkili olan araçların düzeyini ve marka tercihinde etkili olan unsurların belirlenmesi araştırmak amacıyla yapılmıştır.

## 3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini 2008-2009 öğretim yılında Türkiye’de Beden Eğitimi ve Spor yüksek Okullarında öğrenim gören öğrenciler, örneklemini ise Türkiye’de Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören 280 öğrenci oluşturmuştur.

## 4. Veri toplama araçları

Veri toplamak amacıyla geçerlik ve güvenilirlik analizleri araştırmacı tarafından yapılan kapalı uçlu 20 maddelik beşli likert tipi ölçeği ile hazırlanan bir anket kullanılmıştır.

Araştırma sürecinde toplam 280 anket uygulanmış, geçerli olan 250 anket değerlendirmeye alınmıştır.

## 5. Verilerin Analizi

Anket verileri toplandıktan sonra bilgisayar ortamına aktarılmış, bu veriler araştırmanın amaçlarına yönelik belirlenen istatistikî SPSS programıyla analiz ve değerlendirmeleri yapılarak araştırmanın bulgular kısmı oluşturulmuştur. Tanımlayıcı istatistik olarak frekans ve yüzde dağılımları kullanıldı.

## BULGULAR

Tablo 1 incelendiğinde; araştırmaya %68 erkek ve %32 oranında bayan birey katılmıştır. Bireylerin yaş grupları incelendiğinde; ağırlık olarak %49,2’si 19–21 yaş grubu arasındadır. Örnek bireyler ağırlık %82,4 olarak lisans öğrencileridir. Diğer bireylerin %11,6’sı yüksek lisans ve %6’sı doktora öğrencileridir. Aylık gelirleri incelendiğinde ağırlık olarak aylık gelir düzeyleri %39,2 oranında 501–1000 TL arasındadır. Araştırmaya katılan örnek bireylerin aktif sporculuk süresi ağırlık olarak %48 oranında 6–10 yıl arasında olduğu gözlenmektedir. Bu öğrencilerin %49,6’sı öğretmenlik, %41,6 olarak antrenörlük ve %38,8’i yöneticilik bölümü öğrencilerinden oluşmaktadır. Tablo 2 incelendiğinde; Araştırmaya katılan örnek bireyler, “günlük yaşantınızda markalı ürünler tercih eder

misiniz” ifadesini ağırlık olarak %54 bazen cevabını verirken, diğer bireylerin %39,2’si evet ve %6,8’i hayır cevabını verdikleri gözlenmektedir. Bireyler “Spor ürünlerinde markalı ürün tercih eder misiniz” ifadesine ise ağırlık olarak %72 evet cevabını verdiği gözlenirken, diğer bireylerin ise %24,8’i bazen ve %3,2’si hayır cevabını verdikleri gözlenmektedir. Tablo 3’de araştırmaya katılan örnek bireylerin spor ürünlerinde markalı ürünleri tercih etme nedenleri incelendiğinde; örnek bireyler, “Spor ürünlerinde marka kültürel göstergedir” ifadesini ağırlık olarak (Katılmıyorum %45,6-K.Katılmıyorum %16) toplam %61,6 oranında bu görüşe katılmadığını, “Spor ürünlerinde marka kişiliği yansıtır” ifadesine ağırlık olarak (Katılmıyorum %38,8-K.Katılmıyorum %18,8) toplam %57,6 oranında bu görüşe katılmadığını,, “Spor ürünlerinde marka statü göstergesidir” ifadesini ağırlık olarak (Katılmıyorum %40-K.Katılmıyorum %14) toplam %54 oranında bu görüşe katılmadığını, “Spor ürünlerinde marka psikolojiktir” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %42,0-K.Katılıyorum %23,2) toplam %65,2 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka sosyalite göstergesidir” ifadesini ağırlık olarak (K.Katılıyorum %32,8-Katılıyorum %8) toplam %40,8 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka özentidir” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %28,8-K.Katılıyorum %13,6) toplam %42,4 oranında bu görüşe

katıldığını, “Spor ürünlerinde marka görselliğidir” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %50-K.Katılıyorum %20,8) toplam %70,8 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka güvendir” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %40,4-K.Katılıyorum %32,4) toplam %72,8 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka kalitedir” ifadesini ağırlık olarak (K.Katılıyorum %42-Katılıyorum %41,4) toplam %83,4 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka dayanıklılıktır” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %43,2-K.Katılıyorum %39,2) toplam %82,4 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka emniyettir” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %34,4-K.Katılıyorum %32,8) toplam %67,2 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka sağlıktır” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %36,8-K.Katılıyorum %31,6) toplam %68,4 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde markalı ürünler daha kullanışlıdır” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %43,6-K.Katılıyorum %37,2) toplam %80,8 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka daha tasarımlıdır” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %45,6-K.Katılıyorum %37,2) toplam %82,8 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka imajdır” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %34,4-K.Katılıyorum %25,2) toplam %59,6 oranında bu görüşe katıldığını,

“Spor ürünlerinde marka modadır (günceldir)” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %42-K.Katılıyorum %23,6) toplam %65,6 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka satış sonrası hizmet devamıdır” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %36,8-K.Katılıyorum %22) toplam %58,8 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka her yaş grubuna hitap eder” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum

%43,6-K.Katılıyorum %26,4) toplam %70 oranında bu görüşe katıldığını, “Spor ürünlerinde marka ekonomik riski azaltır” ifadesini ağırlık olarak (Katılmıyorum %22,8-K.Katılmıyorum %11,2) toplam %34 oranında bu görüşe katılmadığını ve “Spor ürünlerinde marka kullanım özelliklerini açıklar” ifadesini ağırlık olarak (Katılıyorum %43,6-K.Katılıyorum %21,2) toplam %64, oranında bu görüşe katıldığını ifade ettikleri gözlenmektedir.

**Tablo 1:** Ankete katılan bireylerin demografik özellikleri

	<b>Değişkenler</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Cinsiyet</b>	<b>Bayan</b>	80	32
	<b>Bay</b>	170	68
	<b>Toplam</b>	250	100
<b>Yaş</b>	<b>18 ve altı</b>	31	12,4
	<b>19–21 arası</b>	123	49,2
	<b>22–24 arası</b>	45	18
	<b>25 ve üzeri</b>	51	20,4
	<b>Toplam</b>	250	100
<b>Öğrenim Durumu</b>	<b>Lisans</b>	206	82,4
	<b>Yüksek Lisans</b>	29	11,6
	<b>Doktora</b>	15	6,0
	<b>Toplam</b>	250	100
<b>Aylık Gelir</b>	<b>500 ve altı</b>	53	21,2
	<b>501–1000 TL</b>	98	39,2
	<b>1001–1500 TL</b>	57	22,8
	<b>1501 TL ve üzeri</b>	42	16,8
	<b>Toplam</b>	250	100
<b>Aktif Sporculuk süresi</b>	<b>5 yıl ve altı</b>	62	24,8
	<b>6–10 yıl arası</b>	120	48
	<b>11–15 yıl arası</b>	40	16
	<b>16 yıl üzeri</b>	8	3,2
	<b>Toplam</b>	230	92
	<b>Spor Yapmayan</b>	20	8
<b>Bölüm</b>	<b>Öğretmenlik</b>	49	19,6
	<b>Yöneticilik</b>	97	38,8
	<b>Antrenörlük</b>	104	41,6
	<b>Toplam</b>	250	100

**Tablo 2:** Ankete katılan bireylerin marka tercihi

Marka tercihi	Yargı	N	%
Günlük yaşantınızda markalı ürünler tercih eder misiniz?	Evet	98	39,2
	Hayır	17	6,8
	Bazen	135	54
	Toplam	250	100
Spor ürünlerinde markalı ürün tercih eder misiniz?	Evet	180	72
	Hayır	8	3,2
	Bazen	62	24,8
	Toplam	250	100

**Tablo 3:** Bireylerin markalı ürünleri tercih etmesini etkileyen faktörler

Marka Tercih Nedenim	Kesinlikle Katılıyor		Katılıyorum		Kararsızım		Katılmıyorum		Kesinlikle Katılmıyorum		Toplam	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Kültürel Göstergedir	18	7,2	37	14,8	41	16,4	114	45,6	40	16	250	100
Kişiliği Yansıtır	17	6,8	45	18	44	17,6	97	38,8	47	18,8	250	100
Statü Göstergesidir	23	9,2	55	22	37	14,8	100	40	35	14	250	100
Psikolojiktir	58	23,2	105	42	29	11,6	38	15,2	20	8	250	100
Sosyalite Göstergesidir	20	8	82	32,8	58	23,2	70	28	20	8	250	100
Özentidir	41	16,4	52	20,8	51	20,4	72	28,8	34	13,6	250	100
Görselliklidir	52	20,8	125	50	30	12	34	13,6	9	3,6	250	100
Güvendir	81	32,4	101	40,4	32	12,8	28	11,2	8	3,2	250	100
Kalitedir	105	42,0	104	41,6	20	8	14	5,6	7	2,8	250	100
Dayanıklılıktır	98	39,2	108	43,2	27	10,8	11	4,4	6	2,4	250	100
Emniyetlidir	82	32,8	86	34,4	44	17,6	32	12,8	6	2,4	250	100
Sağlıktır	79	31,6	92	36,8	43	17,2	29	11,6	7	2,8	250	100
Ürünleri Daha Kullanışlıdır	93	37,2	109	43,6	22	8,8	19	7,6	7	2,8	250	100
Daha Tasarımlıdır	93	37,2	114	45,6	26	10,4	14	5,6	3	1,2	250	100
İmajdır	63	25,2	86	34,4	43	17,2	47	18,8	11	4,4	250	100
Modadır (Günceldir)	59	23,6	105	42,0	40	16,0	38	15,2	8	3,2	250	100
Hizmet Devamıdır	55	22	92	36,8	63	25,2	35	14,0	5	2	250	100
Her Yaş Grubuna Hitap Eder	66	26,4	109	43,6	38	15,2	31	12,4	6	2,4	250	100
Ekonomik Riski Azaltır	19	7,6	62	24,8	84	33,6	57	22,8	28	11,2	250	100
Kullanım Özelliklerini Açıklar	53	21,2	109	43,6	53	21,2	27	10,8	8	3,2	250	100

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Spor ürünleri dünyada çok büyük bir pazar oluşturmuşlardır. Çünkü spor tüm insanların gerek aktif gerekse pasif bir biçimde içinde oldukları bir olgudur. Spor işletmeleri hedef pazarlarına çeşitli ürün veya hizmetler sunarak, bu pazardaki

tüketicilerin beklenti ve ihtiyaçlarını karşılamaya çalışırlar. Spor ürünü farklı amaçlar doğrultusunda aktif şekilde spor yapmakta olan bireylere, izleyicisine veya sponsoruna fayda sağlamak için biçimlendirilen ürün, hizmet veya ikisinin bileşenidir. <sup>(4)</sup>



Bu çalışmada Marmara üniversitesi öğrencilerin markalı spor ürünlerini tercih etme nedenlerini araştırılmıştır. Bu araştırmadan elde edilen sonuçların özeti aşağıdaki gibi sıralanabilir.

Araştırmaya katılan 250 örnek bireyin, günlük yaşantılarında genel olarak kullandıkları ürünlerde ağırlıklı olarak 135 (%54) kişisi bazen markalı ürün kullandığını ifade ettikleri gözlenmektedir. Bu bireyler “Spor ürünlerinde markalı ürün tercih eder misiniz” ifadesine ise ağırlık olarak 180 (%72) kişinin markalı spor ürünü kullandıklarını ifade ettikleri gözlenmektedir. Bu durum spor bölümü öğrencilerinin kullandıkları spor ürünlerinde markalı ürünlere daha yüksek oranda önem verdikleri söylenebilir. Araştırmaya katılan 250 örnek bireyin 230’unun (%92) spor yapmakta ve 20 (%8) kişinin ise spor yapmadıkları gözlenmektedir. Spor ürünlerinde örnek bireylerin markalı ürünleri tercih etmelerinde etkili olan ve bireyler için değer ifade eden unsurlar sıralandığında;

Spor ürünlerinde marka kalitedir %83,4  
Spor ürünlerinde marka daha tasarımlıdır %82,8  
Spor ürünlerinde marka dayanıklılıktır %82,4  
Spor ürünlerinde markalı ürünler daha kullanışlıdır %80,8  
Spor ürünlerinde marka güvendir %72,8  
Spor ürünlerinde marka görselliştir %70,8

Spor ürünlerinde marka her yaş grubuna hitap eder %70

Spor ürünlerinde marka sağlıklıdır %68,4

Spor ürünlerinde marka emniyetlidir %67,2

Spor ürünlerinde marka modadır (günceldir) %65,6

Spor ürünlerinde marka psikolojiktir %65,2

Spor ürünlerinde marka kullanım özelliklerini açıklar %64,

Spor ürünlerinde marka kültürel göstergedir %61,6

Spor ürünlerinde marka imajdır %59,6

Spor ürünlerinde marka satış sonrası hizmet devamıdır %58,8

Spor ürünlerinde marka kişiliği yansıtır %57,6

Spor ürünlerinde marka statü göstergesidir %54

Spor ürünlerinde marka özentidir %42,4

Spor ürünlerinde marka sosyalite göstergesidir %40,8

Spor ürünlerinde marka ekonomik riski azaltır %34

Ürünlerde kalite unsurunun etkili olması, kalitenin müşteri tarafından istenilen özelliklere sahip olan ürün veya hizmet özelliği olarak algılanmasından kaynaklanmaktadır. <sup>(3)</sup> Etkili olan unsurların sıralanması incelendiğinde, bireyleri etkileyen unsurlar markalı ürünlerin kullanım esnasındaki fiziksel özelliklerinin daha etkili olmasının ön plana çıktığı söylenilebilir. Bununla birlikte markanın sosyal ve psikolojik değerlerde ifade ettiği söylenebilir. Tüketiciler marka ile kendi kişilikleri

arsında bir bağ oluşturabilmektedir. Marka kişiliği, markayı tanımlayan samimi, güvenilir, neşeli, başarı simgesi, estetik, seksi, neşeli, yeni moda vb. özellikleri kasteder<sup>(11)</sup>. Bireyler farklı markalar için farklı kişilik özellikleri oluşturabilirler.

İşletmelerin, etkin bir marka oluşturmak veya pazarda var olan markasını tüketici üzerinde etkili kılmak için tüketiciler tarafından markanın hangi özelliklerinin etkin olduğunu bilmeleri gerekmektedir. Bu çalışmada markanın tüketiciler tarafından ne anlam ifade ettiği ve hangi özelliklerinin önemli olduğu vurgulanmıştır.

#### KAYNAKLAR

1.Acuner Taner, Acuner Şebnem, “Toplam Hizmet Kalitesi Yönetimi ve Müşteri Memnuniyeti Sağlamada ki Rolü” 2001, Pazarlama Dünyası, sayı 88

- 2.Ak Mehmet, “Firma / Markalarda Kurumsal Kimlik ve İmaj”, Işık Ofset, 1998, İstanbul.
- 3.Aktan ÇC. Devlet Yönetiminde Kalite, TOSTÖV, Ekonomik, Sosyal, Siyasal Araştırmalar Serisi, 4. Seri, s.17.
- 4.Argan M, Katırcı H. (2002). Spor Pazarlaması, Nobel Yayın Dağıtım LTD. ŞTİ., 1. Baskı, Ankara, s.228.
- 5.İslamoğlu Hamdi, “Pazarlama İlkeleri”, s. 212, Beta Basım Yayın Dağıtım A.Ş, Ağustos 2002, İstanbul.
- 6.Kotler P “Marketing Management” , Engelwood Cliffs, N.J.: Prentice Hall, 1984.
- 7.Serarslan, M. Zahit, Kepoğlu Abdurrahman, “Spor Örgütlerinde Toplam Kalite Yönetimi” s. 31, Morpa Kültür Yayınları Ltd. Ş, İstanbul 2005.
- 8.Sönmez Abdurrahim, “kurumsal Kimlik Kılavuzuna Uymak” Marjinal yaklaşımlar dergisi, Marjinal yaklaşım ve Tanıtım, sayı. 5, s.7.
- 9.T.C. Sanayi ve Ticaret Bakanlığı Sınai Mülkiyet Dairesi Başkanlığı, Brifing Notu, s.6, 1995.
- 10.Taptık Yılmaz, Keleş Özgül, “Kalite savaş Araçları” İstanbul, 1998, Kalder Yayınları, 1998, İstanbul.
- 11.VanAuken, B. (2003). Brand Aid, An Easy Reference Guide to Solving Your Toughest Branding Problems and Stengthening Your Marketing Position, Amacom, New York.
- 12.Yükselen, CEMAL, “Pazarlama İlkeler-Yönetim” Detay Yayıncılık, s. 197, Ekim 2003, Ankara.
- 13.www.kobinet.org/M\_nedir.asp. Erişim Tarihi. 17.04.2008

# 12-14 YAŞ GRUBU BASKETBOL OYUNCULARININ ÇABUKLUK VE SIÇRAMA YETİLERİNE FARKLI KUVVET ANTRENMANLARININ ETKİSİ

Ali KIZILET<sup>1</sup>, Osman ATILAN<sup>2</sup>, İbrahim ERDEMİR<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Marmara Üniversitesi, BESYO, İstanbul, Türkiye

<sup>2</sup>Milli Eğitim Bakanlığı, İstanbul, Türkiye

<sup>3</sup>Balıkesir Üniversitesi, BESYO, Balıkesir, Türkiye

## ÖZET

Bu çalışma, 12-14 yaş grubunda basketbol oynayan çocukların çabukluk ve sıçrama yetilerine farklı kuvvet antrenmanlarının etkilerini belirlemek için yapılmıştır. Çalışmamıza özel bir okul takımında basketbol oynayan, yaş ortalamaları  $13,00 \pm 0,95$  yıl olan, antrenman yaşları  $3 \pm 1$  yıl olan 24 erkek öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılan sporcular, A grubu squat jump (SJ) (n=12) ve B grubu countermovement jump (CMJ) (n=12) olarak ikiye ayrılmış ve sporculara sezon içi antrenman programının içerisine yerleştirilmiş 8 haftalık pilometrik egzersiz programı haftada 2 gün uygulanmıştır. Test kapsamında SJ, CMJ, durarak uzun atlama, T-test, toplu ve topsuz olarak illionis test protokolü yer almıştır. Ön ve son testte elde edilen veriler, istatistik paket programı ile değerlendirilmiştir. Araştırmada parametrik olmayan ve pearson korelasyon testlerinden yararlanılmıştır. Sonuç olarak, katılımcılara uygulanan pilometrik egzersizlerin A ve B grubundaki sporcuların patlayıcı güçlerine, sıçrama kuvvetlerine ve çabukluk-çeviklik yetilerine aynı biçimde etki ettiği saptanmıştır. Bu çalışma sonucunda, 12-14 yaş grubunda basketbol oynayan sporcularda sıçrama, çabukluk ve çeviklik performanslarını geliştirmek için pilometrik egzersizlerin, SJ ve CMJ tekniğinin olumlu etkisi olabileceği söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Basketbol, Countermovement Jump, Çeviklik, Pilometrik Çalışma, Squat Jump

## THE EFFECT OF THE DIFFERENT STRENGTH TRAINING ON QUICKNESS AND JUMPING ABILITIES OF BASKETBALL PLAYERS BETWEEN 12 AND 14 AGE GROUP

### SUMMARY

This study was planned to determine the effects of different strength trainings on agility and jumping abilities of children who play basketball in team of the school at the age of 12-14. 24 male students of a private primary school, within the age group of  $13,00 \pm 0,95$  years and with  $3 \pm 1$  years training experience have participated voluntarily in this study. The players participating in the study were divided into two groups (A and B groups) and eight-week plyometric exercise program placed within the season training program was carried out by these basketball players twice a week. During this plyometric exercise program, the squat jump, countermovement jump, standing long jump, and T test and Illinois Test Protocol with/without dribbling run have been carried out. The data obtained in the pre and post test were evaluated with statistical package program. Non-parametric and pearson correlation coefficient tests in the study have been used. As a result, it was established that the plyometric exercise program carried out by the participants had the same effects on the subjects' explosive strength, jumping strength and quickness-agility of A and B groups. As a result of this study, it can be said that the plyometric exercise program, squat jump and countermovement jump techniques in the 12-14 age group of basketball players have significant positive effect on the development of jumping, quickness and agility performances.

**Keywords:** Agility, Basketball, Countermovement Jump, Plyometric Training, Squat Jump.

## GİRİŞ

Tüm sporcu ve antrenörlerin temel amacı, yüksek performansa ulaşmaktır. Performansa ulaşmada bilimsel prensiplerin kullanımı da bu açıdan önem kazanmaktadır. Kas geliştirici çeşitli antrenman türlerinin etkileri, kas lif türleri, kas biyokimyası, sinir kas tepkisi hakkında edinilen bilgilerin artması, sporcuyu daha iyi yetiştirmek için antrenörlere yeni fırsatlar sağlamaktadır<sup>3</sup>.

Tüm spor dallarında olduğu gibi, basketbol oyununda da sporcu performansının artırılmasında bilimsel yöntemlerin kullanılması önemlidir. Oyuncunun kuvvet, sürat, esneklik, beceri, dayanıklılık gibi özelliklerin gelişimi spor dalına özgü yapılan çalışmalar ve antrenmanlarla sağlanabilir Bunun sonucu olarak basketbol oyuncularının daha çevik olmaları ve daha yükseğe sıçramaları kolaylaşır. Bu da basketbolun bir seyir sporu ve skorun her an değişebilir özellikte oluşu nedeniyle kitleleri kapalı ve açık oyun alanlarına çekmektedir.

Basketbol çalıştırıcıları dikey sıçrama ve bacak kuvvetinin üstün performansın temeli olduğunu savunurlar. Bunun için kas tepkisini hızlandıran yeni metotlara ve pilometrik antrenmana önem verilir. Bazı araştırmacılar pilometrik egzersizlerin uygulanması sonuçlarında fiziksel ve fizyolojik önemli bulgular tespit etmişlerdir. Sporda motorsal özellikler önemine göre temel ve

tamamlayıcı özellikler olarak iki grupta incelenir. Bunlardan kuvvet, sürat, dayanıklılık temel; esneklik (hareketlilik) ve beceri (koordinasyon) tamamlayıcı özelliklerdir. Hemen her spor dalı için gerekli motorsal özellikler branşa özgü farklılıklar göstermektedir<sup>7</sup>.

Basketbol da birbirini takip eden koordineli hareketlerin düzenli bir şekilde yapılması ve beceriye dönüştürülmesi motorik özelliklerin oldukça iyi geliştirilmesi sonucu ortaya çıkar. Küçük çocuklarda çeviklik, çabukluk ve reaksiyon zamanının daha kolay geliştiği ve ergenlik 1 döneminden 3 yıl sonra yavaşladığı bilinmektedir. Basketbol da önemli olan sporcuyu bu gelişme devrelerini hazırlayabilmektir. 12-14 yaş gruplarında kuvvet çalışmalarının, bahsedilen özellikler üzerinde olumlu veya olumsuz etkileri olabilmektedir. Bu açıdan farklı kuvvet çalışmalarının çeviklik ve sıçrama özellikleri üzerindeki etkilerinin tespiti önemlidir. Böylece bu yaşlarda yapılacak olan kuvvet çalışmaları arzulanan sonuca ulaşmayı kolaylaştıracaktır<sup>9,18</sup>.

Basketbol sporunun, hızlanma ve yavaşlama gibi hareket örnekleri, yön değişiklikleri ve sıçramalar isteyen, becerileri içeren bir yapısı vardır. Bu açıdan bir basketbol oyuncusu süratinde düşme olmaksızın bu hareketleri yapabilmelidir.

Sıçrama antrenmanlarının sürat antrenmanlarındaki yeri oldukça önemlidir. Spor bilimciler, genç

sporcuların temel antrenman dönemlerinin 2. dönemi ile birlikte uygun aralıklarla sıçrama dirillerine yer vermeleri görüşünde birleşmişlerdir<sup>6</sup>.

Basketbol da özel kuvvet antrenmanı önce dinamik konsantrik ve negatif dinamik (egzantrik) kuvvet çalışmaları olmalıdır. Özellikle sıçrama kuvveti, kol kuvveti (şut, pas) ve sprint kuvveti gelişmesi ön planda yer alır. Kuvvet antrenman yöntemlerinin bu anlamda dikkatli seçilmesi gerekir. Özellikle küçük çocuklarda ve gençlerde maksimal kuvvetten daha çok çabukluğa yönelik pilometrik ve oyun formunda egzersizler seçilmelidir<sup>24</sup>.

Yapılan araştırmalar, sıçrama performansını geliştirmek için, kas tepkisini kolaylaştıran pilometrik çalışmaların uygulanması, fiziksel ve fizyolojik açıdan önemli gelişmeler sağladığını göstermektedir<sup>3</sup>.

Bu çalışmada 12-14 yaş gurubunda basketbol oynayan çocuklara iki farklı kuvvet tekniğiyle (kol çekmeksizin squat sıçrama, kol çekerek çoklu sıçrama) çeşitli sıçrama ve koordinasyon çalıştırmaları yaptırılıp bunların ön ve son testleri alınarak hangi tekniğin sıçrama ve çabukluk-çeviklik yetilerine daha fazla etki ettiğini bulmaya çalışılmıştır. Bunun yanında farklı kuvvet antrenmanlarının sıçrama ve çabukluk-çeviklik yetileri üzerine etkilerinin belirlenmesi için doğru antrenman tekniği uygulamalarının tespiti bundan sonraki antrenman planlamalarına ışık tutacak ve

kısa zaman dilimi içerisinde en verimli antrenman tekniği ve ölçümlerini kullanarak performansa ulaşmada doğru yol belirlenecektir.

## **MATERYAL ve METOD**

### **Araştırma Evreni**

Araştırmanın çalışma evrenini, Terakki Vakfı Okulları Özel Şişli Terakki İlköğretim Okulunda basketbol oynayan, 12 -14 yaş aralığındaki antrenman yaşları  $3\pm 1$  yıl olan 24 erkek basketbolcu oluşturmuştur. Sporcular, A gurubu (squat sıçrama tekniği) ve B grubu (çoklu sıçrama tekniği) olarak iki gruba ayrılmıştır. 12 sporcu squat sıçrama (SJ) çalışma tekniğini kullanarak, diğer 12 sporcu ise çoklu sıçrama (CMJ) tekniğini kullanarak pilometrik çalışmalarını tamamlamışlardır.

### **Performans Testleri**

Sporcular, A gurubu (squat sıçrama tekniği) ve B grubu (çoklu sıçrama tekniği) olarak iki gruba ayrılmıştır. 8 hafta boyunca antrenman programının içine eklenmiş 48 saat ara ile 2 gün pilometrik egzersiz uygulanmıştır.

Çalışmaya dahil edilen sporculardan, test ve antrenmanlar esnasında sorun yaşanmaması için, sağlık açısından spor yapmalarında bir engel olmadığına dair doktor raporu istenmiştir. Uygulama guruplarının oluşturulmasında basketbolcuların antrenman ve kronolojik yaşları dikkate alınmıştır. Testler

antrenman programı öncesinde (ön-test) ve 8. hafta sonunda (son-test ) olmak üzere 2 defa yapılmıştır. Testlerden 1 gün önce sporcuların ağır bir antrenman yapmaması, test günü 3 saat önce kahvaltılarını yapmaları istenmiştir. Test ve ölçümlerden önce sporcular ve aileleri çalışmaların amacı hakkında bilgilendirilmiş ve ailelerinden izin alınmıştır. Marmara Üniversitesi ve özel bir ilköğretim okulunun imkânları kullanılarak antrenmanlar, testler ve ölçümler yapılmıştır.

24 kişilik sporcu grubuna 15dk standart ısınma hareketleri yaptırıldı. Sırası ile SJ ve CMJ testi 1 deneme ve 5 asil ölçümleri new test aleti ile gerçekleştirildi. Sporcular daha sonra durarak uzun atlama testine tabi tutuldu. Bu testte de 1 deneme 2 asil olmak üzere 3 ölçüm şerit metre ile belirlendi. Hareketler arasında aktif dinlenme ve her hareketten sonra tam dinlenme verildi. Çeviklik test protokolü olarak illionis ve T testi 1 deneme ve 2 asil olmak üzere 3 er

ölçüm alındı. İllionis test protokolü toplu ve topsuz olarak uygulandı. Çeviklik ölçümlerinde sportexpert marka fotosel kullanıldı.

### **Performans testleri;**

*Squat sıçrama (SJ) testi(15):* Deneklerden elleri belde olacak şekilde tam squat pozisyonu almaları ve dizlerden herhangi bir yaylanma hareketi yapmaksızın maksimum kuvvetle olabildiğince yukarı sıçramaları istenir. Zaman ölçüğü deneğin dikey sıçraması ile çalışmaya başlar ve platform üzerine tekrar indiği (bastığı) zaman durur. Böylece deneğin havada kalma süresinden sıçrama yüksekliği kayıt edilmiş olur. Burada deneğin sıçrama ve platforma tekrar inmesi sırasındaki pozisyonunun aynı olduğu varsayılır. Deneğin test boyunca sıçramalar sırasında öne geriye ya da yanlara yer değiştirmemesi ve ellerini mutlaka kalçalarında tutması gerekmektedir.

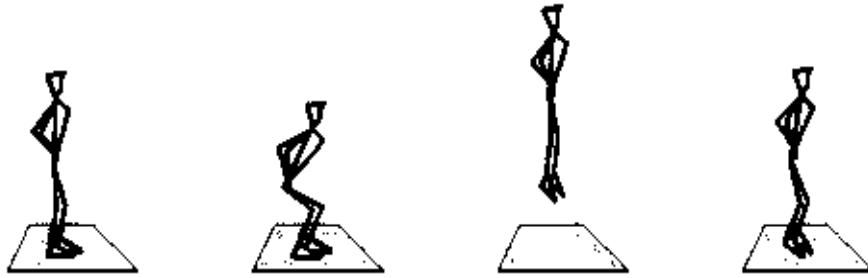


Şekil 1. Squat Sıçrama Testi<sup>24</sup>.

Çoklu sıçrama (CMJ) testi(15):

Deneklerden normal dik duruş pozisyonunda eller belde dizlerden aşağıya doğru hızlı bir çökme hareketi yaptıktan sonra maksimum kuvvet ile yukarı sıçramaları istenir. Zaman ölçüğü deneğin dikey sıçrama ile çalışmaya başlar ve platform üzerine tekrar indiği

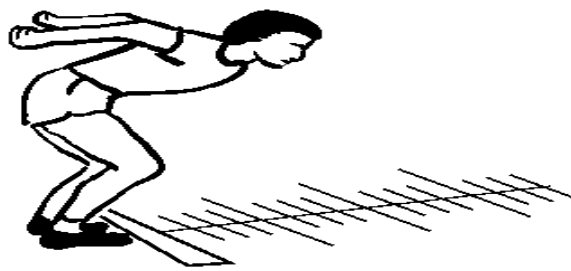
(bastığı) zaman durur. Böylece deneğin havada kalma süresinden sıçrama yüksekliği kayıt edilmiş olur Burada deneğin sıçrama ve platforma tekrar inmesi sırasındaki pozisyonunun aynı olduğu varsayılır.



Şekil 2. Countermovement Jump Testi.

Durarak uzun atlama testi(11): Test uygulamasında Denekler '0' rakamı bir çizgi üzerine yerleştirilmiş çelik bir metrenin başlangıcında, metre şeridi iki ayağının ortasında olacak şekilde durulur. Deneklerden atlayabildikleri en uzun

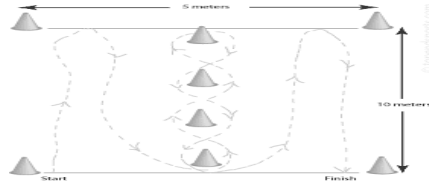
mesafeyi atlamaları istenir. Atlayış sonrası deneklerin geride kalan en son noktaları belirlenerek ölçüm yapılır. Ölçümlerin güvenilir olması için denekler testi iki kez uygularlar. En iyi derece alınır.



Şekil 3. Durarak Uzun Atlama Testi

Illinois çeviklik testi (toplu-topsuz) (topendsports.com, Erişim tarihi 01-02-2010): Uzunluğu 10 metre genişliği 5 metre olan bir alanın köşelerine 4 koni dikdörtgen şeklinde, başlangıç, bitiş ve iki dönüm noktası olarak yerleştirilir. Alan

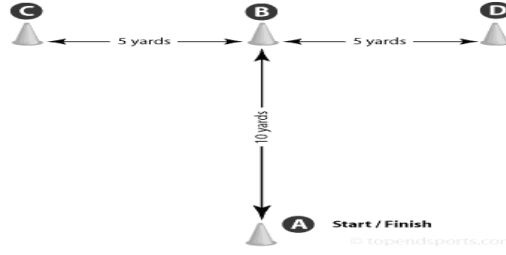
diklemesine ikiye bölünür (2,5mt), 3.3m. aralıklarla 4 koni orta hat üzerine yerleştirilir. Denek başla komutu ile harekete başlar ve başlangıç ile bitiş arasındaki mesafeyi en kısa sürede tamamlamaya çalışır.



**Şekil 4.** Illinois testi

*T- testi*<sup>23</sup>: Dört koni aşağıdaki şemada gösterildiği gibi yerleştirilir. Denek başla komutu ile koni A dan başlar, koşarak B noktasına dokunur ve kayma adımları ile C konisine gider ve sol eliyle C konisine

dokunur. Sonra yana doğru kayma adımları ile D konisine sağ eli ile dokunur. Daha sonra sol elle B konisine dokunur ve geri geri A konisine gider kronometre çizgiyi geçince durdurulur.



**Şekil 5.** T-Testi

### İstatistiksel Analiz

Elde edilen tüm verilerin istatistiksel analizi SPSS 13 programı kullanılarak bilgisayarda yapılmış, tüm verilerin aritmetik ortalamaları ve standart hataları hesaplanmıştır. Araştırmaya katılan grubun antrenman öncesi, sonrası değerlerinin grup içi değerlendirmeleri t testi ve Mann Whitney U ile yapılmış, sonuçlar  $p < 0,05$  anlamlılık düzeyine göre hesaplanmıştır.

### BULGULAR

Çalışmamızda, A (Squat sıçrama tekniği) grubunda yer alan sporcuların yaş ortalaması ( $12,98 \pm 0,90$ yıl), B (çoklu

sıçrama tekniği) grubunun ( $13,00 \pm 0,95$ yıl) olarak belirlenmiştir. Sunulan araştırmada ön-teste göre A ve B gruplarının ortalamaları arasında anlamlı fark olup olmadığı araştırılmıştır. Her iki grubun ön-test değerlerinin karşılaştırması sonucu, CMJ, SJ, DUA, T- testi, toplu ve topsuz Illinois testlerinin Mann Whitney U testi sonuçları incelendiğinde, p olasılık değeri tüm değişkenler için 0.05'den büyük olduğundan A ve B grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamadı (Tablo 1). Bu durum çalışma başlangıcında grupların değerleri arasında farklılık olmadığını göstermesi açısından önemlidir.



İkinci olarak son-test sonuçlarına göre A ve B gruplarının ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olup olmadığı araştırıldı. Her iki grubun son test değerlerinin karşılaştırması sonucu, CMJ, SJ, DUA, T test, toplu ve topsuz Illinois testlerinin Mann Whitney U testi sonuçları incelendiğinde, olasılık (p) değerinin tüm değişkenler için 0.05'den büyük olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre A ve B gruplarının son-test ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir (Tablo 2). Sonuçlar her iki grubunda gelişme gösterdiğini ortaya koymaktadır. A grubuna ait ön-test ve son-test sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olup olmadığı Wilcoxon İlişkili İki Örneklem Testi ile incelenmiştir. A grubuna ait DUA( $p < 0,05$ ), toplu ve topsuz Illinois testlerinin sonuçları incelendiğimizde ve hatta 0.01 den küçük olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlara göre, DUA, toplu ve topsuz Illinois testlerinin ortalamaları birbirinden farklıdır. A grubuna ait ön-test ve son-test değerleri karşılaştırıldığında, Wilcoxon İlişkili İki örneklem testiyle de CMJ, SJ ve T test (p) olasılık değerleri 0.05'den büyük bulunmuştur. Bu sonuçlara göre, A grubunda yer alan sporculara yapılan CMJ, SJ ve T-test değerlerinin ortalamaları arasında 0.05 hata payına göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir (Tablo 3). Bu sonuçlara göre, DUA, toplu ve topsuz Illinois testlerinin ortalamaları birbirinden

farklıdır. Tablo 3'deki ortalamalar incelendiğinde 8 hafta süreyle uygulanan pilometrik antrenmanlarının sporcuların DUA test sonuçlarının anlamlı bir şekilde arttırdığı gözlenmiştir. Toplu ve topsuz Illinois testi sonuçlarının ortalamalarında ise, düşüş olmuştur. Bu sonuçların düşmesi, çalışmalar sonucunda istenen bir değişim olduğu için 8 hafta süreyle uygulanan pilometrik antrenmanlarının yararlı olduğu görülmektedir. A grubunda ön-test ve son-testte yer alan değişkenler arasında ilişki olup olmadığı araştırıldı. A grubuna ait incelenen değişkenlerin ön test ve son test değerleri arasında pozitif yönde yüksek ilişki (+1'e yakın değerler) olduğu görülmektedir. Pearson korelasyon testi sonuçları 0.05 hata payına göre (sadece SJ test sonuçları %10'a göre) anlamlı bulunmuştur (Tablo 4).

B grubuna ait ön-test ve son-test sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olup olmadığı araştırıldığında Wilcoxon İlişkili İki örneklem testiyle de CMJ, SJ ve T-test p olasılık değerleri 0.05'den büyük bulunmuştur. Bu sonuca göre, B grubunda yer alan sporculara yapılan CMJ, SJ ve T-test değerlerinin ortalamaları arasında 0.05 hata payına göre anlamlı farklılık olmadığı görüldü. B grubuna ait DUA, toplu ve topsuz Illinois testlerinin sonuçları incelendiğinde (p) olasılık değerleri 0.05'den küçük olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlara göre, DUA, toplu ve topsuz Illinois testlerinin ortalamaları birbirinden farklı bulundu. Tablo 5'teki ortalamalar incelendiğinde 8

hafta süreyle sporculara CMJ tekniğiyle uygulanan pilometrik antrenmanlarının sporcuların DUA test sonuçlarının anlamlı bir şekilde arttırdığı gözlenmektedir. Toplu ve topsuz Illinois testi sonuçlarının ortalamalarında ise, düşüş olmuştur. Bu sonuçların düşmesi, çalışmalar sonucunda istenen bir değişim olduğu için 8 hafta süreyle sporculara CMJ tekniğiyle uygulanan pilometrik antrenmanlarının yararlı olduğu görülmektedir. Tablo 6'daki B grubu ön-test ve son-testte yeralan değişkenler arasındaki korelasyon

incelendiğinde B grubuna ait incelenen değişkenlerin ön-test ve son-test değerleri arasında pozitif yönde yüksek ilişki (+1'e yakın değerler) olduğu görülmektedir. Pearson korelasyon testi sonuçları 0.05 ve hatta 0.01 hata payına göre anlamlı bulunmuştur. A ve B grubuna ait Pearson korelasyon test sonuçları karşılaştırıldığında B grubuna ait değişkenlerin ön-test ve son-test sonuçlarının birbiriyle daha fazla ilişkili olduğu görülmektedir

**Tablo 1.** A ve B gruplarının ön- test Mann Whitney U Testi sonuçları

Parametreler	A Grubu AO±SS	B Grubu AO±SS	Mann- Whitney U	p
CMJ(cm)	26,50±4,30	28,17 ± 5,73	57.50	0,400
SJ(cm)	21,50 ± 2,11	21,92 ± 3,75	64.00	0,640
DUA(cm)	154,42 ± 24,31	169,08 ± 23,17	48.00	0,166
T Test(sn)	11,44 ± 0,89	11,51 ± 0,87	65.50	0,707
Illinois testi(toplu) (sn)	20,13 ± 1,39	19,68 ± 1,53	57.50	0,402
Illinois testi(Topsuz) (sn)	18,65 ± 1,03	18,34 ± 1,15	53.50	0,285

**Tablo 2.** A ve B gruplarının son-test Mann Whitney U Testi sonuçları

Parametreler	A Grubu AO±SS	B Grubu AO±SS	Mann- Whitney U	p
CMJ(cm)	27,08 ± 3,50	29,00 ± 5,72	55.50	0.339
SJ(cm)	21,67 ± 2,93	22,83 ± 3,56	60.50	0.504
DUA(cm)	168,67 ± 20,58	181,25 ± 26,73	51.00	0.225
T-test(sn)	11,37 ± 0,74	11,24 ± 0,92	64.50	0.665
Illinois testi toplu(sn)	19,15 ± 1,38	19,12 ± 1,04	65.00	0.686
Illinois testi topsuz(sn)	17,97 ± 1,01	17,95 ± 0,92	69.00	0.862

**Tablo 3.** A grubunun ön ve son testinin Wilcoxon İlişkili İki Örneklem Testi sonuçları

Parametreler	Ön-Test AO±SS	Son-Test AO±SS	z	p
CMJ(cm)	26,50±4,30	27,08±3,50	-1.109	0.268
SJ(cm)	21,50±2,11	21,67±2,93	-0.270	0.787
DUA(cm)	154,42±24,31	168,67±20,58	-3.065	<b>0.002**</b>
T Test(sn)	11,44±0,89	11,37±0,74	-0.589	0.556
Illinois testi toplu(sn)	20,13±1,39	19,15±1,38	-3.059	<b>0.002**</b>
Illinois testi topsuz(sn)	18,65±1,03	17,97±1,01	-3.061	<b>0.002**</b>

\*\*p<0.01

**Tablo 4.** A grubundaki değişkenlerin ön-test ve son-testleri arasındaki pearson korelasyon test sonuçları.

Parametreler	Pearson Korelasyon Katsayısı	p
CMJ ontest & CMJ sontest	0,758	<b>0,004**</b>
SJ ontest & SJ sontest	0,514	0,087
DUA ontest & DUA sontest	0,823	<b>0,001**</b>
T test ontest & T test son test	0,944	<b>0,000**</b>
Illinois ontest toplu & Illinois sontest toplu	0,936	<b>0,000**</b>
Illinois ontest topsuz & Illinois sontest topsuz	0,888	<b>0,000**</b>

\*\*p&lt;0.01

**Tablo 5.** B grubunun ön ve son testinin Wilcoxon İlişkili İki Örneklem Testi sonuçları

Parametreler	Ön Test AO±SS	Son Test AO±SS	z	p
CMJ(cm)	28,17 ± 5,73	29,00 ± 5,72	-1.079	0,280
SJ(cm)	21,92 ± 3,75	22,83 ± 3,56	-1.399	0,162
DUA(cm)	169,08 ± 23,17	181,25 ± 26,73	-2.786	<b>0,005**</b>
T-test(sn)	11, 51 ± 0,87	11,24 ± 0, 92	-1.766	0,077
Illinois testi Toplu(sn)	19,68 ± 1,53	19,12 ± 1,04	-2.864	<b>0,004**</b>
Illinois testi topsuz(sn)	18,34 ± 1,15	17,95 ± 0,92	-2.473	<b>0,013*</b>

\*p&lt;0.05 \*\*p&lt;0.01

**Tablo 6.** B grubundaki değişkenlerin ön-test ve son-testleri arasındaki pearson korelasyon test sonuçları.

Parametreler	Pearson Korelasyon Katsayısı	p
CMJ ontest & CMJ sontest	0,884	<b>0,000**</b>
SJ ontest & SJ sontest	0,869	<b>0,000**</b>
DUA ontest & DUA sontest	0,895	<b>0,000**</b>
T test ontest & T test son test	0,882	<b>0,000**</b>
Illinois ontest toplu & Illinois sontest toplu	0,978	<b>0,000**</b>
Illinois ontest topsuz & Illinois sontest topsuz	0,939	<b>0,000**</b>

\*\*p&lt;0.01

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Top oyunları fiziksel, teknik, zihinsel ve taktiksel özellikleri içeren kapsamlı beceriler gerektirir. Bu yüzden oyuncular oyun içindeki savunma ve hücum becerilerini yerine getirebilmek için özellikle fiziksel becerilere sahip

olmalıdırlar. Basketbol takımlarının hazırlık dönemi, kuvvet antrenmanlarının amaca uygun olarak yoğun ve kapsamlı uygulandığı dönemdir. Bu dönem içerisinde sporcuların kuvvet antrenman yöntemleri ile optimal gelişimi sağlanmaktadır<sup>14</sup>.

A ve B guruplarına uygulamış olduğumuz 2 sıçrama tekniğinden squat sıçrama değerleri A (SJ) ve B (CMJ) gurubunda artış göstermiştir. Bununla birlikte squat sıçrama tekniğiyle antrenman yapan A gurubunda ki artış beklentilerin aksine, B çoklu sıçrama tekniğiyle antrenman yapan diğer guruptan düşük çıkmıştır. Çoklu sıçrama da ise, B (CMJ) gurubu, beklenildiği gibi A (SJ) gurubundan daha iyi sonuç vermiştir. DUA testlerinde ise A (CMJ) ve B (CMJ) guruplarında yakın oranlarda etki yapmasına rağmen, squat sıçrama çalışmaları kendi denek gurubunda (A) beklenildiği kadar etkili olmamıştır. Illinois testindeki artışları değerlendirdiğimizde ise, koordinasyon çalışmalarıyla birlikte yapılan pilometrik antrenmanların her iki gurupta da olumlu etkileri olduğunu ve bacak kaslarına yönelik olarak da dönüşlerde merkezkaç kuvvetini kontrol altına aldığı söylenebilir. Toplu illinois testinde, 8 hafta sonunda topla yapılan antrenmanların, sporcuların test sonuçlarına teknik gelişimleriyle birlikte olumlu etkisi olduğu söylenebilir. Pilometrik antrenmanların sıçrama ve çabukluk-çeviklik yetilerine olumlu etkilerinin yanı sıra koşu sırasında amortizasyon safhasının kısa tutulması ile birlikte koşu ekonomisi sağlaması nedeni ile koşu koordinasyonunda da olumlu etkiler yarattığı, bu nedenle, koşu süratinde de olumlu etkilerinden dolayı artışlar ortaya çıkarabileceği söylenebilir.

A ve B grubunun ayrı ayrı ön test ve son test değerlerinin incelenmesine yönelik Wilcoxon İlişkili iki örneklem testi yapılmıştır. A grubuna ait ön test ve son test değerlerinin karşılaştırması sonucu, A grubunda yer alan sporculara uygulanan CMJ, SJ ve T test değerlerinin ortalamaları 0,05 hata payına göre anlamlı farklılık bulunmadığı gözlenirken, DUA, toplu ve topsuz Illinois testlerinin sonuçlarının, ön test ve son test ortalamalarının birbirinden farklı olduğu bulunmuştur. Bu farklılık, A grubuna 8 hafta süreyle uygulanan pilometrik antrenmanların sporcuların DUA test sonuçlarını anlamlı bir şekilde arttırdığı yönündedir (DUA son test değerleri ön teste göre %9,2 artış göstermiştir). Toplu ve topsuz Illinois testi sonuçlarının ortalamalarında ise, düşüş (bu düşüş, toplu illinois testinde %4,8; topsuz illinois testinde %3,6'dır) olmuştur. Bu sonuçların düşmesi, çalışmalar sonucunda istenen bir değişim olduğu için 8 hafta süreyle uygulanan pilometrik antrenmanlarının yararlı olduğu görülmektedir. A grubuna ait incelenen değişkenlerin ön-test ve son-test değerleri arasında pozitif yönde yüksek ilişki (+1'e yakın değerler) olduğu saptanmıştır (sadece SJ test sonuçları, pozitif yönde orta derecede ilişkili bulunmuştur).

B grubuna ait ön-test ve son-test değerleri karşılaştırıldığında, CMJ, SJ ve T test değerlerinin ortalamaları arasında 0,05 hata payına göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Aynı gruba ait DUA,

toplu ve topsuz Illinois testlerinin ortalamalarının ise, birbirinden farklı olduğu gözlenmiştir. Bulunan sonuçlar, A grubuyla benzer şekilde 8 hafta süreyle sporculara CMJ tekniğiyle uygulanan pilometrik antrenmanların sporcuların DUA test sonuçlarını anlamlı bir şekilde arttırdığını göstermektedir (DUA son test değerleri ön teste göre %7,2 artış göstermiştir). Toplu ve topsuz Illinois testi sonuçlarının ortalamalarında ise, düşüş (bu düşüş, toplu illinois testinde %2,8; topsuz illinois testinde %2,1'dir) olmuştur. Bu sonuçların düşmesi çalışmalar sonucunda istenen bir değişim olduğu için 8 hafta süreyle sporculara CMJ tekniğiyle uygulanan pilometrik antrenmanların yararlı olduğu söylenebilecektir.

A ve B grubuna ait Pearson korelasyon test sonuçları karşılaştırıldığında B grubuna ait değişkenlerin ön test ve son test sonuçlarının birbiriyle daha fazla ilişkili olduğu görülmektedir (korelasyon dereceleri artmıştır). Bu bulgu, B grubunda son test sonuçlarının A grubuna göre daha çok ön test sonuçlarına bağlı olduğunu göstermektedir. Elde edilen bu bilgi, B grubunda sporcuların ilk durumlarının (ön-test) değerlerinin son-test değerlerini daha fazla etkilediği şeklinde yorumlanabilir.

A ve B grubunda yer alan 12-14 yaş grubunda basketbol oynayan çocukların çabukluk ve sıçrama yetilerine farklı kuvvet antrenmanlarının etkilerinin

incelendiği çalışmamızda, ön-test ve son-test ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunan DUA, toplu ve topsuz illinois test sonuçlarındaki artış oranı incelendiğinde, pilometrik antrenmanların A grubunda daha fazla etkili olduğu söylenebilir.

Literatür incelendiğimizde pilometrik çalışmaların yüksek verimlik düzeyine ulaşmış sporculara uygulanması sonucu hedeflenen performansa ulaşabileceği belirtilmektedir<sup>19</sup>. Pilometrik egzersizlerde sıçramalar çok kısa bir zaman dilimi içerisinde yapıldığı için, hem patlayıcı gücü hem de patlayıcı özelliği geliştirir<sup>1</sup>.

Birincil amacımız olan, SJ ve CMJ tekniğiyle yapılan antrenmanların sıçrama ve çabukluk yetilerine etkileri, çeşitli araştırmalarla desteklenmiştir. Örneğin; Markoviç ve arkadaşlarının yaptığı çalışmanın sonuçlarına göre, dijital çekim yoluyla ölçülen, CMJ ve dikey sıçrama çalışma ve testlerinin, fiziksel olarak aktif erkeklerde alt ekstremite patlayıcı gücü ölçümü için geçerli ve güvenilir bir yol olduğunu ifade etmişlerdir<sup>14</sup>. Kevin ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışma ise, futbolcularda DJ ve CMJ pilometrik antrenmanının, dikey sıçrama ve çeviklik performansını pozitif yönde etkilediğini ifade etmişlerdir<sup>12</sup>. Pauole ve arkadaşlarının yapmış olduğu bir başka çalışmada ise T testinin bacak gücünü ve çevikliği belirlemede oldukça güvenilir bir ayırt edici test olduğunu ifade etmişlerdir<sup>21</sup>.

Paradis, yaptığı çalışmada bacak gücünü, hızı ve çevikliği ölçmede T- testinin iyi bir ölçüm aracı olduğunu ifade etmişlerdir<sup>20</sup>. Miller ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada 6 haftalık pilometrik antrenmanların sporcuların çevikliğini arttırmada etkili olduğunu, ayrıca T-testi ve illinois çeviklik testinin pilometrik eğitim ile arasında pozitif bir ilişki olduğunu ifade etmişlerdir<sup>17</sup>. Chaouachi ve arkadaşlarının yaptığı bir başka çalışmada ise elit erkek basketbolcularda 1 tekrarlı maksimum SJ ile çeviklik arasındaki ilişkiyi incelemişler ve 1 RM (1 tekrarlı maksimum) - SJ ile kısa süreli sprintler arasındaki ilişkiyi göz önüne aldıklarında SJ egzersizlerinin basketbol antrenmanlarının bir bileşeni olması konusunda sonuç bildirmişlerdir<sup>4</sup>. Santos ve Janeira'nın yaptığı bir başka çalışmada ise genç basketbolcuların(14-15 yaş) patlayıcı güçlerine karmaşık eğitimin etkilerini araştırmışlar ve 10 haftalık karmaşık eğitimin sonunda yeterli düzeyde gelişimin sağlanmadığı, daha fazla kuvvet antrenmanına ihtiyaç olduğunu ifade etmişlerdir<sup>22</sup>. Yapmış olduğumuz çalışmada, pilometrik antrenmanların T test, toplu ve topsuz illinois testlerindeki olumlu etkilerinden dolayı (p<0,05 anlamlılık düzeyinde), yukarıda sözü edilen çalışmalar, yaptığımız çalışmayı destekler niteliktedir.

Slinde ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada üç farklı dikey sıçrama testinin analizini yapmışlar ve CMJ tekniğiyle

yapılan kas gücü belirleme testlerinin, yüksek düzeyde geçerlilik ve güvenilirliğe sahip olduğunu ifade etmişlerdir<sup>25</sup>. Kotzamanidis, gelişim çağındaki çocukların dikey sıçrama performansları üzerine beden eğitimi uygulamaları ile pilometrik karşılaştırdığı çalışmasında pilometrik egzersizin dikey sıçrama performansı üzerine beden eğitimi uygulamalarına göre daha iyi sonuçlar verdiğini ifade etmişlerdir<sup>13</sup>. Günay ve arkadaşları pilometrik çalışmaların dikey ve yatay sıçrama mesafesi üzerine olumlu etki yaptığını ifade etmişlerdir(8). Ateş ve arkadaşları pilometrik antrenmanın 16-18 yaş grubundaki futbolcuların üst ve alt ekstremitte kuvvet parametreleri üzerine etkisini belirlemek üzere yaptıkları çalışmalarında; pilometrik egzersizlerin dikey sıçrama performansı üzerine olumlu etki yaptığını ifade etmişlerdir<sup>2</sup>. Cheng ve arkadaşları pilometrik egzersizlerin 16-19 yaş grubundaki erkek basketbolcuların dikey sıçrama yüksekliği performansları üzerine olumlu etkisi olduğunu ifade etmişlerdir<sup>5</sup>. Matavulj ve arkadaşları pilometrik egzersizlerin genç basketbolcularda sıçrama performansı üzerine yaptıkları araştırmalarında dikey sıçrama performanslarında olumlu etkileri olduğunu ifade etmişlerdir<sup>16</sup>. Toumi ve arkadaşları pilometrik egzersizlerin uygulanmasında hızlı ve kısa süreli kasılmaların tekrarlı sıçrama yüksekliğine olumlu etki ettiğini ifade etmişlerdir<sup>27</sup>. Hindistan ve arkadaşları yapmış oldukları 8 haftalık UKD (Uzama-kısalama

döngüsü) kas çalışma yöntemiyle yapılan patlayıcı kuvvet çalışmalarında ekzantrik ve konsantrik yöntemle yapılan çalışmalara oranla daha iyi ve anlamlı sonuçlar elde etmişlerdir<sup>10</sup>. Yapmış olduğumuz pilometrik antrenmanlar sonucunda, istatistiksel açıdan anlamlı fark ( $p<0,05$ ) olmamasına rağmen dikey sıçrama (CMJ VE SJ) değerlerinde artışların olması, özellikle DUA değerlerinde ( $p<0,05$ ) anlamlı farklılıkların oluşmasıyla birlikte çalışmamızı destekler bir boyut kazanmıştır.

Sonuç olarak; çocuklarda yapılacak kuvvet antrenmanı, pilometrik antrenman ve sıçrama çalışma teknikleri değerlendirildiğinde sıçrama çalışmalarında, kol çekerek yapılan çoklu sıçrama ile birlikte yapılacak olan kuvvet antrenmanlarının daha fazla etkili olabileceği söylenebilir. Çocuklar için kuvvet çalışmaları, kuvvet gelişimini sağlamakla birlikte, kemik sağlığını, genel esnekliği ve motor becerilerin korunması ve geliştirilmesi amaçlanmalıdır. İyi hazırlanmış bir program çocuk için 30-60 dk. ve haftada en az 2 kez çalışmayı içermelidir. Engel yükseklikleri ve aralıkları yaş gurubuna uygun olmalı, uygun yüklenme ve dinleme aralıkları verilmelidir. Pilometrik egzersizlerde tam dinlenme ilkesine uyularak en az 48 saat dinlenme aralığı verilmelidir. Isınma hareketleri, koordinatif ısınma hareketleriyle desteklenmeli ve antrenmanın esas devresi ile bağlantı

kurularak, koordinasyonun da geliştirilmesi hedeflenmelidir. Pilometrik antrenmanlar küçük çocukların sıçrama, çabukluk ve çeviklik yetilerini geliştirmek üzere sezon öncesi ve sezon içi antrenman programlarında, kuvvet alt yapısını oluşturduktan sonra yer almalıdırlar. Kuvvet antrenmanına katılan tüm çocukların yönlendirmeleri takip edecek olgunlukta olmaları gerekir. Yapılacak hareketler çocukların anlayabileceği dilde anlatılmalı ve harekete ait teknikler öğretilmelidir.

#### KAYNAKLAR

- 1.Ateş M, Demir M, Ateşoğlu U. (2007). Pilometrik antrenmanın 16-18 yaş grubu erkek futbolcuların bazı fiziksel ve fizyolojik parametreleri üzerine etkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* Cilt 1, Sayı 1.
- 2.Ateş M, Ateşoğlu U. (2007). Pilometrik antrenmanın 16-18 yaş grubu erkek futbolcuların üst ve alt ekstremite kuvvet parametreleri üzerine etkisi. *Sportmetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, V (1) s. 22- 26.
- 3.Atesoglu U, Meray J.(2007). Kendi vücut ağırlığı ve ek ağırlıkla yapılan pilometrik antrenmanın hamstring / quadriseps kuvvet oranlarına etkisi. Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Poster Sunumlar s: 373
- 4.Chaouachi A, Brughelli M, Chamari K, Levin GT, Ben AN, Laurencelle L, Castagna C. (2009). Lower limb maximal dinamik strength and agility determinants in elite basketball players. *Journal Of Strength And Conditioning Research*. August 23 (5), s. 1576
- 5.Cheng, CF, Lin JC, Lin LC. Influences of plyometric training on power and power endurance in high school basketball players: *American College of Sports Medicine* May 2003; Volume 35(5).
- 6.Dündar U. (1990). Basketbol da Kondisyon, Bağırğan Yayınevi, Ankara s.1-2-4-5-39.
- 7.Ermis E, Imamoglu Ö.,(2001). Lise takımı basketbolcuların fiziksel, fizyolojik ve teknik özelliklerinin maçlara etkisinin araştırılması. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Poster Sunum s. 307.
- 8.Günay M, Sevim Y, Savas S, Erol AE. (1994). Pilometrik çalışmaların sporcularda vücut yapısı ve

- sıçrama özelliklerine etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*; (6) 38-45
- 9.Gürses A. (2004). Basketbolda Yetenek Seçimi, Marmara Üniversitesi Ders Notları, İstanbul.
- 10.Hindistan İE, Muratlı S, Özer MK, Erman EK. (1999).Egzantrik, konsantrik ve uzama kısalma döngülü kas çalışmaları ile yapılan kuvvet antrenmanlarının dikey sıçrama performansına etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (BESBD)*; 3:2:s.20
- 11.Hoffman, J., (2006)., Norms for Fitness, Performance and Health,Human Kinetics, s.199.
12. Kevin T, Duncan F, Philip RH. (2009). The effect of two plyometric training techniques on muscular power and agility in youth soccer players, *Journal Of Strength And Conditioning* 23 (1) s. 332
- 13.Kotzamanidis C. (2006). Effect of plyometric training on running performance and vertical jump in prepubertal boys: *Journal of Strength and Conditioning Research*, 20(2), ss. 441-445.
- 14.Kuru C, Savaş S. (2009). Üst düzey basketbolcuları hazırlık dönemi süresince bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelerinin incelenmesi *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (BESBD)* 4(2),s.68
- 15.Markovic G, Dizdar D, Jukic, I, Cardinale, M. (2004). Reliability and factorial validity of squat and countermovement jump tests, *journal of Strength and Conditioning Research*, 2004, 18(3), ss.551-555
- 16.Matavulj D, Kukulj M, Ugarkovic D, Tihanyi J, Jaric S. (2001)., Effect of plyometric training on jumping performance in junior basketball players. *Journal Sports Medicine Physical Fitness* June, ss. 159-164
- 17.Miller MG, Herniman JJ, Ricard MD, Cheatham CC, Michael TJ. (2006). The effects of a 6-week plyometric training program on agility, 01 September 2006 *JSSM*,ss.459-460
- 18.Muratlı S. (1997). Çocuk ve Spor. Kültür Matbaası, Ankara
- 19.Muratlı S., Kalyoncu O., Şahin G. (2007) Antrenman ve Müsabaka, Ladin Matbaası, İstanbul, ss. 37-42-43-44-62-122-241-242-243-244-245-308-310-356-516-517-518.
- 20.Paradis SA.(2003)., The effect of a 6 week speed and agility program on the development of explosive power, strength, speed, and agility in youth soccer players. Universty of Pitsburg, ss. 9,11,12,13
- 21.Pauole K, Madole K, GarhammerJ, Lacourse M, Rozenek R. (2000). Reliability and validity of the t-test as a measure of agility, leg power, and leg speed in college-aged men and women. *Journal Of Strength And Conditioning Research*, 14 (4),ss. 443-450
- 22.Santos EJ, Janeira MA. (2008). Effects of complex training on explosive strength in adolescent male basketball players, *J Strength Cond Res.*, May;22(3),s.,903
- 23.Seminck,D.,(1990), The T-test, National Strenghtand Conditioning Association Journal, 12:36,ss.36-37.
- 24.Sevim Y. (1999)., Basketbol da Kondisyon Antrenmanı, Bağırğan Yayınevi, Ankara ss.,11.19-23.
- 25.Slinde F, Suber C, Suber L, Edwen CE, Swantesson U. (2008). Test-retest realibility of three different countermovement jumping tests. *Journal Of Strength And Conditioning* Mar 22 (2), ss. 643
- 26.Şimşek B, Ertan H, Göktepe AS, Yazıcıoğlu K., The effects of knee muscle strenght on jumping height in female volleyball paleyers, *Egzersiz Çevrimiçi Dergi*. Sayı 2 No.1
- 27.Toumi H, Best TM, Martin, A,Guyer SF,Poumarat G.(2004), Effects of eccentric phasevelocity of plyometric training on the vertical jump. *Orthopedics & Biomechanics Int J Sports Med*; 25: s.397.