

EDİTÖR

Doç. Dr. Erdil DURUKAN

**BEDEN EĞİTİMİ
VE SPOR
EĞİTİMİ**

Alanında Araştırmalar ve Değerlendirmeler

**MART
2025**

İmtiyaz Sahibi • Yaşar Hız
Genel Yayın Yönetmeni • Eda Altunel
Yayına Hazırlayan • Gece Kitaplığı
Editör • Doç. Dr. Erdil DURUKAN

Birinci Basım • Mart 2025 / ANKARA

ISBN • 978-625-388-237-2

© copyright

Bu kitabın yayın hakkı Gece Kitaplığı'na aittir.
Kaynak gösterilmeden alıntı yapılamaz, izin almadan
hiçbir yolla çoğaltılamaz.

Gece Kitaplığı

Adres: Kızılay Mah. Fevzi Çakmak 1. Sokak Ümit Apt
No: 22/A Çankaya/ANKARA Tel: 0312 384 80 40

www.gecekitapligi.com
gecekitapligi@gmail.com

Baskı & Cilt
Bizim Buro
Sertifika No: 42488

**Beden Eğitimi ve Spor
Eğitimi Alanında
Araştırmalar ve
Değerlendirmeler**

Mart 2025

Editör:
Doç. Dr. Erdil DURUKAN

İÇİNDEKİLER

BÖLÜM 1

“CAPOEİRA”: GELENEKSEL BİR SANAT, MODERN BİR SPOR!

Muhammed KARAL, İnci Selin DOĞAN.....1

BÖLÜM 2

2024 PARİS OYUNLARINDA BADMİNTON MÜSABAKALARININ İNCELENMESİ

Anıl TÜRKELİ17

BÖLÜM 3

SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNDE SPORTMENLİK DAVRANIŞI İLE DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Yakup KOÇ, Ömer Faruk BEKTAŞ.....31

BÖLÜM 1

"CAPOEİRA": GELENEKSEL BİR SANAT, MODERN BİR SPOR!

Uzm. Muhammed KARAL¹

Doç. Dr. İnci Selin DOĞAN²

1 Uzm, Trabzon Üniversitesi Spor Yöneticiliği, Axé Capoeira Doğu Karadeniz temsilcisi ve Capoeira antrenörü, mhmmdkaral53@gmail.com , ORCID iD: 0000-0002-4937-3620.

2 Doç.Dr., Karadeniz Teknik Üniversitesi Eczacılık Fakültesi, Axé Capoeira grubu sporcusu, selinci@gmail.com, ORCID iD 0000-0003-4949-1747.

Capoeira

Capoeira Brezilya kaynaklı bir savunma sanatıdır. Capoeira içerisinde esneklik, akrobasi, müzik, savunma ve saldırı barındıran çok yönlü bir spor branşıdır (Maia vd., 2010). Estetik görünümü ve katı formlara sahip olmayışı, Capoeira branşını diğer savunma sanatlarından ayırır (Assunção, 2005).

“**Capoeira**”, Brezilya Portekizcesinde “büyük ormanlardaki küçük ağaçsız alan” demektir. Capoeira, Brezilyalı kölelerin gruplar halinde kaçarak orman içlerindeki capoeiralara sığınmaları, saklanmaları ve buralarda sahiplerine pusu kurmalarından ismini alır (Capoeira, 2007; Capoeira, 2012).

600 yıllık tarihsel birikimi ile Capoeira'nın Afrika'da doğduğu bilinmektedir. Siyahi insanların kültüründen doğan, kölelik dönemleri içerisinde gizli ve gizliye gelişerek, ölümcül bir dövüş stili haline getirdikleri bu spor dalı, kölelerin yer değiştirmesi ile Brezilya merkezinden başlayarak, Portekiz'e ve diğer ülkelere yayılmıştır (Capoeira, 2007; Capoeira, 2012; Url-1, 2025; Url-2, 2025; Url-3, 2025).

Brezilya'da Capoeira'nın kökenlerini yaratan köleler için, Capoeira; “**Özgürlüğe giden yol**” olarak kabul görmüş ve yüzyıllar içinde kendine özgü bir yol oluşturmuştur.

Capoeira, Brezilya'nın kültürel mirası olan, dövüş, dans ve müzikle harmanlanmış bir savaş sanatıdır. Capoeira'nın tarihi, köleliğin Brezilya'ya getirilmesiyle başlar ve kökeni Afrika'ya dayanır (Capoeira, 2007; Capoeira, 2012; Url-1, 2025; Url-2, 2025; Url-3, 2025).

Capoeira'nın Tarihçesi

16. yüzyılda, Batı Afrika'dan Brezilya'ya götürülen kölelerin herhangi bir kültürel gelenek veya dövüş sanatı uygulaması yasaklanmıştır. Afro-Amerikan Kölelerin kendilerini korumak ve savunmak için capoeira denilen alanlarda dans eder gibi spor yapmaya başlamaları, ormandaki hayvanların hareketlerini taklit etmeleri ile bu sporun ilk adımları atılmıştır. Özgürlüğe giden yolu seçtiklerinde dövüş tekniklerini, canlı müzik eşliğinde tutkulu dans hareketleri olarak gizlemeleri gerekmiştir. Böylelikle, özgürlükleri için kendilerini savunma hareketlerini müzik, dans ve şarkılarla kamufle etmişlerdir (figür 1) (Assunção, 2005; Downey, 2005; Url-1, 2025).



Figür 1. Kölelerin capoeiraya başlamaları (Url-1, 2025).

Afrika Kökenleri: Capoeira'nın kökenleri, kölelik döneminde Brezilya'ya getirilen Afrikalı kölelere dayanır. Bu köleler, serbest kalabilmek için mücadele ederken geleneksel savaş sanatlarını ve dans ritüellerini birbirine karıştırarak bu sanatı geliştirmişlerdir. Özellikle Angola ve Benin gibi Afrika bölgelerinde, capoeira'nın temel hareketlerini ve ritimlerini barındıran danslar ve dövüş teknikleri gözlenmişti.

Brezilya'da Gelişimi: Brezilya'da, kölelerin sahiplerinden gizlice çalışıp pratik yaptıkları ve aynı zamanda özgürlüklerini kazanma arzusuyla şekillenen capoeira, başlangıçta gizli bir şekilde uygulandı. Çünkü capoeira'nın dövüşsel doğası, kölelerin isyanlarını engellemeye yönelik olarak tehlikeli bir tehdit olarak görülüyordu. Dolayısıyla, capoeira'nın dövüş hareketleri başlangıçta dans gibi görünüp, kölelerin güvenliğini sağlamak amacıyla gizlendi (Taylor, 1960; Almeida, 1986; Capoeira, 2002; Url-2, 2025; Url-3, 2025).

19. Yüzyılda Yasaklanması: Capoeira, kölelik kaldırıldıktan sonra 19. yüzyılda Brezilya'da yasaklandı. Bu dönemde, özellikle Rio de Janeiro'da capoeira'yı uygulayanlar suçlu sayıldılar ve hapse atıldılar. Çünkü capoeira, sokaklarda yaşayan fakirler ve suçlular arasında popülerdi, bu nedenle toplumsal düzeni tehdit edici bir unsur olarak görülüyordu.

20. Yüzyılda Yeniden Canlanma: 20. yüzyılın başlarında, Brezilya'da capoeira'nın yeniden popüler hale gelmeye başladığı bir dönem yaşandı. Özellikle 1930'larda Mestre Bimba ve Mestre Pastinha gibi önemli figürlerin öncülüğünde, capoeira eğitimsel bir sanat haline dönüştü ve Brezilya'da halk arasında kabul görmeye başladı. Mestre Bimba, capoeira'yı

daha sistematik hale getiren ve daha geniş bir kitleye tanıtan ilk isimlerden biridir.

1932 yılında Capoeira'nın önemli ustalardan biri olan, Mestre Bimba, Capoeira'yı bir sanat olarak tanıtmak üzere Bahia/Brezilya'ya çağrılarak, ilk yasal Capoeira okulunu açmasına izin verilmiştir. *Capoeira okulu* ile birlikte resmi tanınırlığı artan spor, gün geçtikçe gelişerek, ülke çapında tanınan ve uygulanan bir spor haline gelmiştir. Brezilya'da Capoeira artık her yerde, okullarda, spor kulüplerinde, hatta orduda öğretilmeye başlanmıştır (Assunção, 2005; Poncianinho vd, 2007).

Modern Dönem: Capoeira, günümüzde dünya çapında bilinen ve uygulanan bir sanat dalı haline gelmiştir. Hem dövüş sanatı olarak hem de kültürel bir ifade biçimi olarak kabul edilir. Hem Brezilya'da hem de başka ülkelerde, çok sayıda capoeira okulu ve grubu bulunmaktadır. Capoeira'nın UNESCO tarafından 2014 yılında Somut Olmayan Kültürel Miras olarak kabul edilmesi, sanatın küresel düzeyde tanınmasına katkı sağlamıştır (Url-1, 2025; Url-4, 2025).

Capoeira'nın bu tarihi gelişimi, hem Brezilya'nın sosyal yapısını hem de köleliğin mirasını yansıtan önemli bir kültürel anlatıdır. Brezilya'da yaşayan Afrika asıllı kölelerin kendilerini savunmak için geliştirdikleri bu saldırı kökenli spor, bugün Brezilya başta olmak üzere Dünyanın 52 ülkesinde resmi olarak yapılmaktadır (Maia vd., 2010; Cunha, 2014).

Ülkemizde Capoeira ve Capoeira grupları

Türkiye'de 1994 yılında "The Only Strong" filmi ile Capoeira tanınmaya başlanmıştır. Ülkemizde 1994-2000 yılları arasında herhangi bir capoeira grubu oluşmamış, her sporcu bireysel olarak çalışmıştır. 2001'den sonraki yıllarda amatör bir oluşumla Capoeira grupları kurulmaya başlanmıştır.

Capoeiranın felsefesini, kültürünü yansıtmaya başlamalarıyla, yaklaşık 2007 yılından sonra gruplar ve kulüpler kurulmuştur. Günümüzde, ülkemizde ve tüm dünyada çeşitli Capoeira grupları bulunmaktadır. «Axé, Mundo, Muzenza, Brasil, Senzela...» gibi. Her grubun farklı bir Mestresi ve kuşak sistemi olsa da ortak bir özgürlük felsefesi ve kültürü ile çalışmalarına devam etmektedirler (Hacıcaferoğlu ve Doğanay, 2017; Url-2, 2025; Url-4, 2025).

Capoeirada Bazı Temel Terimler

Capoeiranın amacı, felsefesi, geleneksel kuralları, orkestrası, enstrüman, ritim ve şarkıları, oyunu ile bir bütündür. Capoeirada kurallar gelenekseldir ve çok önemlidir.

Capoeira, Brezilya kökenli bir dövüş sanatı olup müzik, dans ve akrobatik hareketlerle birleşir. Capoeira'nın temel teknikleri, dövüş ve hareketlerinin çeşitli yönlerini kapsar (Santos, 2001; Merrell, 2020).

Capoeira'da öğrenilmesi gereken temel terimlerden bazıları:

Capoeirista: Capoeira yapan sporcu.

Ginga: Diğer dövüş tekniklerine farklılık yaratan, esnek en temel capoeira adımıdır. Ginga, vücudu sürekli hareket halinde tutar ve rakipten gelen saldırılara karşı hazırlıklı olmanızı sağlar. Bacaklar arasında dengeyi sağlamak için öne ve arkaya doğru salınarak yapılan bir adım oyunudur (Santos, 2001; Moreira vd., 2017a). Odaklanılmış, sürekliliğini koruyan, devamlı bir harekettir (figür 2) (Url-5, 2025; Url-6, 2025; Url-7, 2025).



Figür 1. Capoeirada Ginga hareketi (Url-5, 2025)

Corda(o): Öğrencilerin seviyelerini gösteren, farklı renklerde iplerin alınıp öğrenciler tarafından örülmesiyle hazırlanan bir kemer-kuşak çeşididir. Çocuklar ve yetişkinler için farklı renklerde kuşaklar bulunmaktadır (figür 3) (Url-3, 2025; Url-4, 2025; Url-6, 2025). Capoeira gruplarında seviyelerin gösterilmesinde bir standart bulunmamaktadır.

Örneğin Mestre (usta) seviyesi bazı gruplarda beyazken, bazı gruplarda kırmızı ya da siyah olabilir. Gruba göre değişen corda sistemlerinin

renkleri genel olarak iki şekildedir. Bir sistemde Brezilya bayrağının renkleri kullanılırken, diğer sistemde içinde sarı, turuncu, kırmızı, mor gibi her biri farklı anlam ifade eden bir renk çeşitlemesi bulunur (Merrell, 2020; Url-3, 2025; Url-4, 2025; Url-6, 2025).



Figür 3. Çocuk ve yetişkin Corda(o)lara örnek, Axé Capoeira grubu sistemi

Batizado: Kelime anlamı vaftiz olan bu seremoni, capoeirada öğrencilerin Capoeira grubuna alınması ve corda(o)larını aldıkları büyük bir festivaldir (figür 4) (Url-3, 2025; Url-4, 2025; Url-7, 2025). Genelde batizadolarda yeni öğrenciler corda(o) alırken, eski öğrencilerin de seviyeleri yükselir. Bu törenler capoeiranın Afrika kökenlerinin temsilidir.

Capoeira da kuşak sınavları, Capoeira pratiğinde öğrencilerin belirli bir seviyeye gelerek yeni bir kuşak (renkli kemer) almak için girdikleri sınavlardır. Bu sınavlar, öğrencinin teknik becerilerini, müzik bilgisini, dans yeteneklerini ve genel olarak Capoeira'ya olan hakimiyetini test etmeyi amaçlar. Kuşak sınavları genellikle birkaç aşamadan oluşur ve her aşama daha yüksek seviyedeki yetkinlik gereksinimlerini içerir (Downey, 2005; Merrel, 2005; Url-3, 2025; Url-6, 2025).



Figür 4. Örnek bir Batizado töreni (Url-6, 2025)

Capoeira sporcularının cordalarını alabilmeleri için, yılda bir kez yapılan bu batizado ve kuşak sınavı etkinliğine katılması gereklidir. Seviye değişimleri ya da capoeirada yer alma durumları devam etmesi için önemli bir şarttır (Url-2, 2025).

Jogo: İki capoeiristanın karşılıklı Capoeira yapmasıdır. İkili oyunlar olarak da ifade edilebilir. Capoeira'daki ikili oyunlar, iki oyuncunun birbirine karşı dövüşmek yerine, bir tür dans veya ritüel gibi birbirlerinin hareketlerine karşılık vererek ve uyumlu bir şekilde oynadıkları bir etkileşimdir.

Her iki oyuncu, belirli bir ritme göre birbirine karşı akrobatik hareketler, tekmeler ve savunmalar yapar. Oyuncuların amacı, rakiplerini alt etmekten çok hem müzikle uyum sağlamak, hem de akrobatik hareketlerle bir gösteri yapmak, aynı zamanda rakibin hamlelerine yaratıcı bir şekilde cevap vermek ve sahneye eğlenceli bir performans sergilemektir (Maia vd., 2010; Cunha, 2014; Moreira vd., 2017a; Moreira vd., 2017b; Merrell, 2020).

Roda (çember): Capoeira sporcularının, antrenmanlarda öğrendikleri savunma-saldırı hareketlerini, kendine özgü müzik aletlerinin çalınması ile oluşan farklı ritimler ve Portekizce şarkıları eşliğinde, diğer Capoeira sporcularının oluşturduğu çember şeklindeki karşılaşmaların yapıldığı çember şeklinde dizilimlerdir (Figür 5) (Url-4, 2025).

Capoeira pratiği yapılan ve oyuncuların şarkılarla, müzikle ve ritimle etkileşim içinde olduğu bir alandır. Roda, tipik olarak bir çember şeklinde düzenlenir ve bu çember içinde oyuncular birbirleriyle oynamaya başlar. Capoeirada “oyun” (oyunlar) kavramı, bu oyunlar çerçevesinde farklı stiller ve stratejilerle oynanır. Capoeira oyunları, oyuncuların birbirlerine dans etmek, dövüşmek ve eğlenmek için gerçekleştirdikleri hareketlerdir (Capoeira, 2007; Capoeira, 2012; Url-8, 2025).

Roda da çemberi oluşturan sporcular alkışlarla ve şarkı sözlerinin koro kısımları ile müziğin ritmine uyum sağlayarak, ortadaki karşılaşan iki capoeiristaya enerji verirler. Rodanın ortasında canlı müzik aletleri yer alır, bunları en üst kuşaktaki sporcu ve/veya antrenörler çalarken, şarkıları başlatır ve rodanın hız seviyesini yönlendirirler (Capoeira, 2007; Capoeira, 2012).



Figür 5. Roda (Url-4, 2025)

Roda çemberinin ve jogo oyununun belli törensel kuralları vardır. Roda, orkestrayı da içinde barındırır. Oyun müzik eşliğinde, saldırı ve savunma kavramları temel alınarak oynanır. Bu oyunda rakipler birbirlerine ağırlıklı olarak zihinsel ve bunun yanında fiziksel üstünlük sağlamaya çalışır. Müzikle birlikte oyun da hızlanır. Müziğin ritmi ve şarkının sözleri oyunun karakterini etkiler (Url-2, 2025).

Capoeira, sadece fiziksel değil, aynı zamanda müzikle de uyum içinde olan bir sanattır. Bu nedenle, bu tekniklerin çoğu müzikle birlikte yapılır ve ritim, capoeiristaların hareketlerine rehberlik eder.

Capoeirada Müzik

Capoeira, Brezilya kökenli bir dövüş sanatı ve dansı olmasının yanı sıra, güçlü bir müzik ve ritim unsuru taşır. Capoeira'nın müziği, geleneksel olarak bir grup müzisyen tarafından çalınan çeşitli müzik aletleriyle desteklenir ve bu ritimler, oyunun tempolarını ve ruh halini belirler (Url-2, 2025; Url-9, 2025).

Capoeira, müzikle iç içe geçmiş bir spor dalıdır. Antrenmanlar, oyunlar ve dövüşler müzik eşliğinde yapılır. Müzik, Capoeira'nın temel bir parçasıdır çünkü ritimler ve şarkılar oyunların akışını belirler. Müzik, sporcunun hareketlerini yönlendirir ve aynı zamanda iletişimi sağlar. Müzik, aynı zamanda Capoeira'nın felsefi yönüyle de bağlantılıdır; müziğin ritmik yapısı, oyuncular arasında uyum ve ahenk yaratır.

1. Enstrümanlar:

Capoeira'yı diğer dövüş sanatlarından ayıran başlıca unsurlar Capoeiranın müziği ve kendine özgü müzik aletleridir. Bu enstrümanlar, berimbau, atabaque, pandero ve agogo'dur (figür 6) (Moreira vd., 2017).



Figür 6. Capoeira enstrümanları (Url-1, 2025)

Capoeira'da kullanılan başlıca müzik aletleri ve ritimler:

1. Berimbau:

- Capoeira'nın en karakteristik müzik aletidir. Berimbau, bir tür yaylı çalgıdır. Uzun bir çubuğun ucunda bir tel bulunur ve bu tel, bir taş ya da metal parçası ile vurularak çalınır.

- Capoeira'nın temel ritmini sağlar ve aynı zamanda oyun sırasında oyuncuların hareketlerine yön verir. Berimbau'nun sesi, capoeira'nın ruhunu temsil eder.

Tipleri:

Gunga: En büyük berimbau, en düşük sesi çıkarır ve genellikle oyunun lideri tarafından çalınır.

Meia-Lua: Orta boy berimbau, daha hızlı ve dinamik bir tınıya sahiptir.

Viola: Küçük boy berimbau, daha yüksek bir ses çıkarır ve genellikle daha ince detayları ifade etmek için kullanılır.

2. Atabaque

- Atabaque, büyük bir Brezilya davuludur. Genellikle capoeira çemberinin etrafında, ritmik vuruşlar yaparak atmosferi güçlendirir.
- Oyun sırasında atabaque, berimbau'ya destek verir ve bazen hızlanarak ya da yavaşlayarak oyunun temposunu belirler.

3. Pandeiro:

- Brezilya'nın geleneksel zillerle donatılmış bir tambur, bir çeşit teftir. Zilleri teften daha büyük ve içe dönüktür. Berimbaunun ritmine uyum sağlar. Capoeira müziğinde, hızlı ve keskin ritmik vuruşlar yaparak diğer enstrümanlarla uyum sağlar.
- Capoeira'da pandeiro'nun amacı ritmin enerjisini artırmak ve belirli vurguları yapmaktır. Çoğu zaman oyuncuların hareketlerini takip eder.

4. Agogo:

- Hindistan cevizinden yapılmış bir çeşit çandır. Capoeira oyununa dinamik bir özellik katmak için kullanılır ve berimbau'nun ritmine uyum sağlar.
- Müzikal atmosferi zenginleştirir ve çoğunlukla melodik bir destek sağlar.

5. Reco-Reco:

- İki ya da daha fazla metal çanı olan bir çalgıdır. Bu çanlar farklı tonlar çıkarır ve farklı hızlarda çalınarak ritmi daha belirgin hale getirir.
- Agogo yerine kullanılabilir.

2. Ritimler ve Oyun stilleri:

Capoeira orkestrası koro ile tamamlanır, koro bir capoeiristanın söylediği şarkıyı nakaratlarda tekrarlayarak rodanın içerisinde bir yankı oluşturmasıdır. Capoeira'nın ritmi, müzikal anlamda birkaç farklı modele dayanır. Her ritim, oyunun tempolarını ve karakterini belirler.

Capoeira şarkıları sanatın güçlü tarihini, efsanevi ustaların hikayelerini ve neşeli anekdotları içerir. Bu hikayeler gerçek ve efsanevi, renkli, ilham verici, eğlenceli, hüzünlü olabilir. Şarkılar şiirsel ve ritmik bir Portekizce ile yazılır ve söylenir. Şarkılar, oyunun enerjisini artırmak ve oyunculara moral vermek için önemli bir unsurdur (Url-2,2025).

Capoeira 'da müzik ritmi, oyun tarzını ve oyunun enerjisini belirler.

Yaygın ritimler ve oyun stilleri (Silva vd., 2012; Silva vd., 2013)

- **Angola:** Bu ritim, Capoeira'nın geleneksel ve daha yavaş formudur. Angola, zihin ve beden uyumunu vurgular, daha sakin ve dikkatli bir oyun tarzını ifade eder. En eski ve geleneksel Capoeira stilidir. Yavaş tempolu ve stratejik hareketler içerir. Angola, toprağa yakın pozisyonlarda, yere yakın dövüş hareketleriyle tanınır. Bireyler arasında sürekli bir oyun ve müzik etkileşimi vardır. Capoeira Angola, daha çok zeka, çeviklik ve denge üzerine odaklanır.
- **Banguela:** Darbe ve vuruşlardan çok, dövüş tekniklerinin iki kişinin uyumu içinde uygulanması şeklinde angoladan biraz daha hızlı, regionalden biraz daha yavaş bir stildir. Amaç dövüşten çok strateji ve uyumdur. Vücutla yapılan dama ya da satranç gibi düşünülebilir. Bu stil, Angola'nın modernleştirilmiş bir versiyonudur ve daha az yerle temas gerektirir. Banguela, hızın ve çevikliğin ön planda olduğu, daha hızlı ve daha sert hareketlerle karakterize edilen bir stildir.
- **Regional:** Mestre Bimba tarafından geliştirilen Capoeira stilidir. Daha hızlı ve dinamik bir ritme sahiptir. Bu ritimle yapılan oyunlar daha agresif ve teknik hareketler içerir. Capoeira'nın daha hızlı ve teknik bir versiyonudur. 1930'larda Mestre Bimba tarafından geliştirilen bu stil, belirli bir disiplin ve teknikle oynanır. Genellikle daha dik bir duruşla yapılır ve daha güçlü, sert vuruşlar içerir. Regional, daha çok dövüş ve fiziksel güç üzerine odaklanır.
- **Iúna:** Geniş bir yelpazeye sahip bir ritimdir ve hem Angola hem de Regional arasında bir denge kurar. Capoeira oyununda orta seviyede bir hızda çalınan bir ritmdir. Diğer ritimler gibi, Iúna ritmi

de berimbau tarafından çalınır ve genellikle orta tempo oyunları için kullanılır.

Capoeira’da müzik ve ritim, hareketlerin kendisi kadar önemli bir yer tutar. Bu ritimler, sadece eğlence amacıyla değil, aynı zamanda bir iletişim ve oyun şekli olarak da kullanılır. Müziğin ritmine uyum sağlamak, capoeira’nın sanatsal ve fiziksel tarafını birbirine bağlar.

Capoeiranın Sporcuya Katkıları

Capoeira, Brezilya kökenli bir dövüş sanatı, dans, müzik ve akrobasi unsurlarını birleştiren dinamik bir disiplindir. Capoeira pratiği, sporculara fiziksel, zihinsel ve duygusal birçok fayda sağlar (Moreira vd., 2017; Hacıcaferoğlu ve Doğanay, 2017; Url-2, 2025; Url-6, 2025).

Capoeira’nın bir sporcuya kattığı bazı önemli özellikler:

Fiziksel Dayanıklılık ve Kuvvet: Capoeira, vücut ağırlığıyla yapılan egzersizler sayesinde kasları güçlendirir. Hem üst hem alt vücut kas grupları çalıştığı için genel vücut dayanıklılığını artırır. Capoeira, vücudun her bölümünü çalıştıran dinamik hareketler içerir. Güç, esneklik, denge ve koordinasyon gelişir. Bu spor dalı, dayanıklılık ve kas gücü kazandırmanın yanı sıra, çevikliğe de katkıda bulunur.

Esneklik ve Koordinasyon: Capoeira, yüksek tekmeler, akrobatik hareketler ve karmaşık döngüler içerdiği için esnekliği artırır. Koordinasyon, denge ve vücut kontrolü üzerinde büyük etkisi vardır.

Hız ve Refleksler: Capoeira, hızlı hareketleri, tekme ve savunma tekniklerini içerdiği için refleksleri geliştirir. Bu da, sporcuların hızlı düşünme ve tepki verme yeteneğini artırır.

Müzikal Yetenek ve Ritim: Capoeira’da müzik önemli bir yer tutar; roda (oyun alanı) sırasında çalınan geleneksel müzikle uyumlu hareket etmek gerekir. Bu, ritm duygusunu ve müzikal becerileri geliştirir.

Mental ve Duygusal Sağlık: Capoeira, kişiye özgüven kazandırır ve stresle başa çıkma yeteneğini artırır. Sosyal etkileşim, özellikle roda etrafında, kişisel gelişime katkı sağlar. Capoeira, konsantrasyonu ve strateji oluşturmayı teşvik eder. Bu, sporcunun problem çözme becerilerini geliştirmesine yardımcı olur. Aynı zamanda müzikle uyum içinde çalışmak, zihinsel rahatlama ve stres atma sağlar.

Topluluk ve Sosyal Bağlantılar: Capoeira, bir topluluk içinde öğrenildiği ve uygulandığı için sosyal bağlar kurmaya yardımcı olur. İnsanlar arasında dayanışma ve karşılıklı saygı önemlidir. Capoeira, sosyal bir aktivitedir ve sporcuların topluluk içinde etkileşime girmesini teşvik eder. Oyun sırasında saygı, hoşgörü ve işbirliği öğretilir. Bir Capoeira oyunu,

fiziksel çatışmadan çok, bir tür iletişim ve karşılıklı anlayış biçimidir (Hacıcaferoğlu ve Doğanay, 2017).

Denge ve Vücut Kontrolü: Yüksek tekmeler, takla atmalar ve döner hareketler, vücudu sürekli dengede tutmayı ve esnek olmayı gerektirir, bu da denge duygusunu geliştirir.

Zihinsel Odaklanma: Capoeira pratiği, hem fiziksel hem de zihinsel bir odaklanma gerektirir. Dövüş hareketlerinin yanı sıra, rakip ile iletişim ve strateji geliştirme becerisi de önemli bir unsurdur.

Kendine Güven: Capoeira'nın öğretisi, bireyin özgüvenini artırır. Hem zorlu fiziksel hareketleri yapabilmek hem de grup içinde yer almak, sporcunun kendine olan güvenini pekiştirir.

Özetle, Capoeira bir sporcuya sadece fiziksel yetenekler kazandırmakla kalmaz, aynı zamanda zihinsel, duygusal ve sosyal gelişim de sağlar.

Sonuç

Capoeira bir yaşam biçimidir. Capoeira bir kültürün hikâyesi, sokakların dili, insanlar arası bir dengeleyicidir. Capoeira; Brezilya'da ay ışığı altında, gecenin karanlığında baskıdan doğan bir kıvrak zekâ ürünüdür.

Capoeira, Brezilya'da köleler tarafından, özgürlüklerini kazanma umudu ve direniş amacıyla gizlice geliştirilen bir dövüş sanatı olarak doğmuştur. O dönemde, kölelerin dövüş tekniklerini bir oyun gibi göstermeleri gerekiyordu, bu nedenle Capoeira, dövüş tekniklerinin yanı sıra dans hareketlerini ve müziği de içeren bir form haline geldi.

Bugün Capoeira, Brezilya'da olduğu kadar dünya çapında da yaygındır ve birçok kültürel etkinlikte yer alır. Capoeira'nın kültürü, topluluk oluşturmayı, saygıyı, dostluğu ve bir arada yaşamayı teşvik eder. Bu kültürün bir parçası olarak, Capoeira pratikleri sıklıkla sosyal bağlar kurmaya yardımcı olur.

Capoeira'nın felsefesi, sadece dövüşmek değil, aynı zamanda oyun oynamaktır. Bu felsefe, dövüş sırasında oyuncuların birbirine karşı saygı göstermelerini, ne zaman saldırıp savunacaklarını bilmelerini, ayrıca müzikle uyum içinde hareket etmelerini gerektirir. Capoeira, aynı zamanda toplumsal haksızlıklar ve özgürlük mücadelesinin bir simgesi olarak kabul edilir. Oyuncular, sporun tekniklerine ve pratiğine odaklanırken, özgürlük, adalet ve eşitlik gibi temel insani değerleri de içselleştirirler.

Capoeirada, bedeniniz en önemli gücünüz ve attığınız her adımda aslında karşınızdaki kişiyle dans ederek satranç oynuyor gibisiniz. Her yaşta, her cinsiyetten kişinin yapabileceği ve yaptıkça, ruhuna işledikçe keyif almaya başladığı, başarabildiği ilerleme kaydedebildiği spor dalıdır. Ca-

poeira insanı güçlü ve yaratıcı hissettirirken; aynı zamanda etrafındakilerle geri bildirim ve bağlılık içeren bir ilişki kurdurur.

Capoeira, yalnızca fiziksel bir dövüş sanatı olmanın ötesinde, zengin bir kültürel mirasa ve derin bir felsefeye sahiptir. Müzik, dans ve dövüş tekniklerini bir araya getirerek sporcunun bedenini, zihnini ve toplumsal bağlarını geliştiren bir disiplindir. Capoeira, sporcularına sadece fiziksel beceriler kazandırmakla kalmaz, aynı zamanda toplumsal sorumluluk, özgürlük ve saygı gibi önemli değerleri aşılar. Hem eğlenceli hem de öğretici bir spor dalıdır, bu nedenle hem gençler hem de yetişkinler için cazip bir seçenek sunar.

Kaynaklar

- Almeida, B. (1986). *Capoeira: A Brazilian Art Form. History, Philosophy, and Practice*. Berkeley: North Atlantic Books. ISBN 0-938190-30-X.
- Assunção, M.R. (2005). *Capoeira: The History of an Afro-Brazilian Martial Art*. London, New York: Taylor & Francis. ISBN 9780714680866.
- Capoeira, N. (2007). *The Little Capoeira Book*. 2.ed., Blue Snake Books, ISBN-10: 1583941983.
- Capoeira, Nestor (2012) *Capoeira: Roots of the Dance-Fight-Game*. North Atlantic Books. ISBN: 1583946373, 9781583946374.
- Cunha, I.M.C.F., Vieira, L.R., Tavares, L.C.V. et al. (2014). *Capoeira: a memória social construída por meio do corpo*. Rev Bras Cienc Mov, 22, 735-55.
- Downey, G. (2005). *Learning Capoeira: Lessons in Cunning from an Afro-Brazilian Art (Aar Teaching Religious Studies Series)*. Oxford: Oxford University Press. ISBN 0195176987.
- Hacıaferoğlu S., G. Doğanay (2017). *Examining the Effect of Capoeira on Socialization in Terms of Some Variables*. International Journal of Sports, Exercise & Training Science, 3(4), 206-213.
- Maia, R.B., Martins, M.C.C., Rocha, C.H.L. et al. (2010). *Efeito da Prática de Capoeira sobre os Parâmetros Cardiovasculares*. Rev Bras Cardiol, 23(1), 68-73.
- Merrell, F. (2020). *Capoeira and Candomblé: Conformity and Resistance through Afro-Brazilian Experience*. Princeton: Markus Wiener. ISBN 1-55876-349-X.
- Moreira, S.R., Teixeira-Araujo, A.A., Camara, M.V.F. et al. (2017a). *Heart rate, a rating of perceived exertion and basic affective responses during different moments of a single capoeira progressive training session (CPTS)*. Arch Budo Sci Martial Art Extreme Sport, 13, 153-163.
- Moreira, S.R., Teixeira-Araujo, A.A., Oliveira dos Santos, A. et al. (2017b). *Ten weeks of Capoeira progressive training improved cardiovascular parameters in male practitioners*. J Sports Med PhysFitness, 57(3), 289-98.
- Poncianinho, M., Almeida, P. ve Porter, M. (2007). *Capoeira: The Essential Guide to Mastering the Art*. New Holland. ISBN 978-1-84537-761-8.
- Santos, A.O. (2001). *Capoeira Arte Luta Brasileira*. Cascavel: Editora Assoeste.
- Silva, F.F., Souza, R.A., Carvalho, W.R.G. et al. (2012). *Analysis of acute cardiovascular responses in experienced practitioners of Capoeira: A Brazilian art form*. Journal of Exercise Physiology Online, 15, 112-119.
- Silva, F.F., Souza, R.A., Costa, R.P. et al. (2013). *Heart rate responses during and after the practice of Capoeira: A Brazilian art form – Part II*. Journal of Exercise Physiology Online, 16(2), 112-116.

Taylor, G. (1960). *Capoeira Conditioning*. North Atlantic Books publications.
ISBN:1·58394·14 1-X.

Url-1, 2025 <https://hiphomedans.com/capoeira-nedir/>

Url-2, 2025 <https://capoeira.org.tr/capoeira-nedir>

Url-3, 2025 <https://axecapoeira.webflow.io/>

Url-4, 2025 <http://www.capoeiraturkiye.com/>

Url-5, 2025 <https://capoeiranagomalta.wordpress.com/>

Url-6, 2025 <https://www.facebook.com/capoeiratrabzon/>

Url-7, 2025 <https://kadaracapoeira.ca/capoeira-batizado/>

Url-8, 2025 <https://www.wikihow.com/Be-Good-at-Capoeira>

Url-9, 2025 <https://capoeira.org.tr/capoeira-ve-music>

BÖLÜM 2

2024 PARİS OYUNLARINDA BADMİNTON MÜSABAKALARININ İNCELENMESİ

Doç. Dr. Anıl TÜRKEİ¹

GİRİŞ

Badminton, fiziksel ve zihinsel yeteneklerin ön plana çıktığı, hız ve stratejinin birleştiği dinamik bir spordur. Uluslararası spor arenasında giderek daha fazla önem kazanmaktadır (Kurt ve Çolak, 2024). 1992 Barselona Olimpiyatları'nda resmi olimpiik disiplin olarak yer alması, badmintonun dünya çapındaki tanınırlığını artırmış ve spor dalının uluslararası rekabet yapısının modernizasyonuna önemli katkılar sağlamaktadır (Arslanoğlu, Arslan ve Şenel, 2009). Badmintonun olimpiik platforma dahil olması, sadece sportif başarısını değil, aynı zamanda teknolojik ve metodolojik gelişimini de hızlandırmıştır. Modern antrenman teknikleri, biyomekanik analizler ve video teknolojileri, sporcuların performansını ölçmede ve geliştirmede kullanılmaya başlanmıştır. Bu durum, badmintonun rekabet seviyesini önemli ölçüde artırdığını göstermektedir. Özellikle spor bilimleri alanında yapılan araştırmalar, teknolojik yeniliklerin antrenman süreçlerine entegrasyonunun, sporun taktiksel ve teknik boyutları üzerindeki etkilerini ortaya koymaktadır (Putra, Irwan ve Mohamad, 2024).

Badmintonun olimpiik arenaya dahil olmasıyla sporcuların fizyolojik, psikolojik ve teknik performansları uluslararası standartlara uygun hale gelmiştir (Khan, Abdalrahman ve Ullah, 2024). Bu durum, sporcuların bireysel gelişimini desteklediği gibi, genç nüfus üzerindeki etkilerini artırmakta, seyirci kitlesini büyütme ve uluslararası spor politikalarını etkilemektedir. Böylece, olimpiik düzeyde badmintonun evrimi, küresel spor kültüründeki yerinin ve değerinin yeniden değerlendirilmesinde önemli bir referans noktası olarak kabul edilmektedir.

Bu araştırma, 2024 Paris Olimpiyat Oyunlarındaki badminton müsabakalarının analizini yapmayı ve önceki Olimpiyat Oyunları (2004 Atina, 2008 Pekin, 2012 Londra, 2016 Rio ve 2020 Tokyo) ile karşılaştırmayı amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Doküman analizi; basılı ve elektronik materyaller dahil tüm belgelerin sistematik bir şekilde incelenip değerlendirildiği nitel bir araştırma yöntemidir (Krippendorff, 2018).

Katılımcılar

Araştırmaya Olimpiyat Oyunlarına badminton branşında olimpiyat vizesi almış 172 sporcu katılmıştır. Tek erkekler kategorisinde 41 sporcu yarışmış olup yaş ortalamaları $27,05 \pm 3,52$ yıl, tek kadınlar kategorisinde 39 sporcu katılmış olup yaş ortalamaları $24,67 \pm 2,52$ yıl, çift erkeklerde 34 sporcu (17 çift) katılmış yaş ortalamaları $27,97 \pm 2,39$ yıl, çift kadınlarda 32 sporcu (16 çift) katılmış yaş ortalamaları $25,6 \pm 2,47$ yıl ve karışık çiftlerde 32 sporcu (16 çift) katılmış yaş ortalamaları $26,05 \pm 2,51$ yıldır.

Verilerin Toplanması

2024 Paris Olimpiyat Oyunları'nın resmi sonuç kitabında (results book) yer alan badminton müsabakalarının verilerinden yararlanılarak gerçekleştirilmiştir (Olympics, 2024). Aynı zamanda daha önce düzenlenen (2004 Atina, 2008 Pekin, 2012 Londra, 2016 Rio ve 2020 Tokyo) Olimpiyat Oyunlarının badminton branşı resmi sonuç kitaplarından veriler elde edilmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analiz edilmesinde 2024 Paris Oyunlarında 195 maç (tek kadınlar 50, tek erkekler 51, çift kadınlar 32, çift erkekler 33 ve karışık çiftler 29) gerçekleşmiş, bu maçların sonuç ve analizleri değerlendirmeye alınarak daha önce gerçekleşen Olimpiyat Oyunlarındaki badminton müsabakalarının sonuçları ile karşılaştırılmıştır. Verilerin tanımlayıcı istatistik analizi (min., maks., ort., ss., frekans) SPSS programı ile gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Tek Erkekler Maçlarının Analizi (51 Maç)

Değişkenler	Min.	Maks.	Ort.	ss
Maç Süresi (dk.)	19	87	41,92	14,14
En Uzun Ralli Süresi (sn.)	21	62	39,68	9,68
En Yüksek Ralli Vuruş Sayısı (adet)	20	51	33,6	8,26

Tablo 1 incelendiğinde, tek erkekler kategorisinde oynanan maçların süresi en az 19 dk., en fazla 87 dakikadır. Ayrıca ortalama maç süresinin $41,92 \pm 14,14$ dk. olduğu saptanmıştır. Tek erkeklerdeki en uzun ralli süre-

lerine bakıldığında en düşük 21 sn. ve en yüksek ralli süresi 62 sn. olarak görülürken ortalama en uzun ralli süresinin 39,68 sn. \pm 9,68'dir. Bu rallilerdeki en az vuruş sayısı 20 ve en fazla ralli vuruş sayısı ise 51 adet olarak belirlenmiştir. Ortalama vuruş sayısı $33,6 \pm 8,26$ olarak tespit edilmiştir.

Tablo 2. *Tek Erkekler Müsabaka İstatistikleri*

Değişkenler	Grup Maç-ları	İlk 16	Çeyrek Final	Yarı Final	Final	Toplam / Ortalama
Maç Sayısı	38	5	4	2	2	51
Set Sayısı	81	11	9	4	5	110
Toplam Skor Sayısı	2767	395	315	148	167	3792
Toplam Maç Süresi (saat)	28:30	4:36	3:42	1:45	2:03	40:36
Ortalama Maç Süresi (dakika)	45	55	55	52	61	47
Toplam Kullanılan Top Sayısı	700	128	112	60	80	1080
Maç Başına Düşen Ortalama Top Kullanımı (%)	18,4	25,6	28	30	40	21,2
Anlık İnceleme Sistemi	94	21	15	10	13	153
En Uzun Maç Süresi (dakika)	92	80	75	54	71	74,4
En Kısa Maç Süresi (dakika)	28	39	45	51	52	43
En Uzun Ralli Süresi (saniye)	103	59	55	47	59	64,6
En Uzun Ralli (vuruş)	75	56	53	43	56	56,6

Tablo 2'ye bakıldığında tek erkekler kategorisinde müsabaka boyunca 110 setten oluşan toplam 51 maç oynanmış, toplam skor 3792 sayı, toplam maç süresi 40 sa. 36 dk., ortalama maç süresi 47 dk., toplam kullanılan top sayısı 1080, maç başına düşen ortalama top kullanımı ise % 21,2'dir. Oyunlardaki maçlarda en uzun süren maç 74,4 dk. iken en kısa maç 43 dk.

sürmüştür. Maç içerisindeki en uzun ralli süresi 64,6 sn. ve en ralli vuruş sayısı 56,6'dır.

Tablo 3. *Tek Kadınlar Maçlarının Analizleri (50 Maç)*

Değişkenler	Min.	Maks.	Ort.	ss
Maç Süresi (dk.)	22	35	28,52	3,31
En Uzun Ralli Süresi (sn.)	30	50	38,8	5,59
En Yüksek Ralli Vuruş Sayısı (adet)	20	34	27,16	3,59

Tablo 3 incelendiğinde tek kadınlarda oynanan maçlarda en düşük maç süresi 22 dk. ve en uzun maç süresinin 35 dk. olduğu görülmüştür. Ortalama maç süresi ise $28,52 \pm 3,31$ sn.'dir. Tek kadınlar kategorisinde en uzun ralli süresi en düşük 30 sn. iken en fazla ralli süresinin 50 sn. olduğu saptanmıştır. Ayrıca bu kategoride en uzun ralli süresi ortalaması $38,8 \pm 5,59$ sn.'dir. Gerçekleşen bu rallilerdeki en az vuruş sayısının 20 ve en fazla vuruş sayısının 34 adet olduğu görülürken ortalama vuruş sayısının $27,16 \pm 3,59$ adet olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4. *Tek Kadınlar Müsabaka İstatistikleri*

Değişkenler	Grup Maç-ları	İlk 16	Çeyrek Final	Yarı Final	Final	Toplam / Ortalama
Maç Sayısı	39	5	4	1	1	50
Set Sayısı	85	13	9	3	2	112
Toplam Skor Sayısı	2883	449	325	103	71	3831
Toplam Maç Süresi (saat)	26:06	4:39	3:48	1:01	0:52	36:26
Ortalama Maç Süresi (dakika)	40	55	57	61	52	43
Toplam Kullanılan Top Sayısı	411	70	61	12	15	569
Maç Başına Düşen Ortalama Top Kullanımı (%)	10,5	14	15,3	12	15	11,4

Anlık İnceleme Sistemi	83	24	12	3	1	123
En Uzun Maç Süresi (dakika)	77	70	74	61	52	66,8
En Kısa Maç Süresi (dakika)	21	33	47	61	52	42,8
En Uzun Ralli Süresi (saniye)	78	57	53	35	55	55,6
En Uzun Ralli (vuruş)	43	39	45	31	46	40,8

Tablo 4’te tek kadınlar kategorisinde gerçekleşen maçların 112 setten oluştuğu ve toplamda 50 maç oynandığı görülmektedir. Maçlardaki toplam skor sayısı 3831 olup toplam maç süresi ise 36 sa. 26 dk.’dır. Ortalama maç süresi 43 dk. olarak görülürken bu maçlarda kullanılan top sayısı 569 ve maç başına düşen ortalama top kullanımını % 11,4 olarak belirlenmiştir. En uzun maç süresi ortalaması 66,8 dk., en kısa maç süresi ortalama 42,8 dk., en uzun ralli süresi 55,6 sn. ve en uzun ralli vuruş sayısı ortalamasının 40,8 adet olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Çift Erkekler Maçlarının Analizleri (33 Maç)

Değişkenler	Min.	Maks.	Ort.	ss
Maç Süresi (dk.)	28	46	37,35	4,8
En Uzun Ralli Süresi (sn.)	35	55	44,72	5,45
En Yüksek Ralli Vuruş Sayısı (adet)	22	37	29,16	3,95

Tablo 5’te çift erkekler maçlarının analizi verilmiştir. Veriler incelendiğinde, maç sürelerinin 28 ile 46 dk. arasında değiştiği ve ortalama olarak $37,35 \pm 4,8$ dk. sürdüğü görülmektedir. En uzun ralli süresi 35 ile 55 sn. arasında değişirken, ortalama $44,72 \pm 5,45$ sn. olarak belirlenmiştir. Buna ek olarak, en yüksek ralli vuruş sayısı 22 ile 37 arasında değişmekte olup, ortalama vuruş sayısı $29,16 \pm 3,95$ olarak saptanmıştır.

Tablo 6. Çift Erkekler Müsabaka İstatistikleri

Değişkenler	Grup Maç-ları	Çey-rek Final	Yarı Final	Final	Toplam / Ortala-ma
Maç Sayısı	25	4	2	2	33
Set Sayısı	54	9	6	6	75
Toplam Skor Sayısı	1942	349	222	236	2749
Toplam Maç Süresi (saat)	18:25	3:34	2:18	2:30	26:47
Ortalama Maç Süresi (dakika)	44	53	69	75	48
Toplam Kullanılan Top Sayısı	393	74	51	61	579
Maç Başına Düşen Ortalama Top Kullanımı (%)	15,7	18,5	25,5	30,5	17,5
Anlık İnceleme Sistemi	43	14	11	13	81
En Uzun Maç Süresi (dakika)	77	64	72	76	72,25
En Kısa Maç Süresi (dakika)	24	41	66	74	51,25
En Uzun Ralli Süresi (saniye)	62	62	37	42	50,75
En Uzun Ralli (vuruş)	66	73	41	55	58,75

Tablo 6 incelendiğinde çift erkekler kategorisinde müsabaka boyunca 75 setten oluşan toplam 33 maç gerçekleşmiş, toplam skor 2749 sayı, toplam maç süresi 26 sa. 47 dk., ortalama maç süresi 48 dk., toplam kullanılan top sayısı 579, maç başına düşen ortalama top kullanımı ise % 17,5'tir. Oyunlardaki maçlarda en uzun süren maç 72,25 dk., en kısa maç 51,25 dk. sürmüştür. Maç içerisindeki en uzun ralli süresi 50,75 sn. ve en ralli vuruş sayısının 58,75 adet olduğu belirlenmiştir.

Tablo 7. *Çift Kadınlar Maçlarının Analizleri (32 Maç)*

Değişkenler	Min.	Maks.	Ort.	ss
Maç Süresi (dk.)	25	41	32,92	4,26
En Uzun Ralli Süresi (sn.)	32	55	43,12	5,83
En Yüksek Ralli Vuruş Sayısı (adet)	21	36	28	3,95

Tablo 3'te çift kadınlarda oynanan maçlarda en düşük maç süresi 25 dk. ve en uzun maç süresinin 41 dk. olduğu görülmüştür. Ortalama maç süresi ise $32,92 \pm 4,26$ sn.'dir. Çift kadınlar kategorisinde en uzun ralli süresi en düşük 32 sn. sürerken en fazla ralli süresinin 55 sn. olduğu saptanmıştır. Ayrıca bu kategoride en uzun ralli süresi ortalaması $43,12 \pm 5,83$ sn.'dir. Gerçekleşen bu rallilerdeki en az vuruş sayısının 21 ve en fazla vuruş sayısının 36 adet olduğu görülürken ortalama vuruş sayısının $28 \pm 3,95$ adet olduğu belirlenmiştir.

Tablo 8. *Çift Kadınlar Müsabaka İstatistikleri*

Değişkenler	Grup Maçları	Çeyrek Final	Yarı Final	Final	Toplam / Ortalama
Maç Sayısı	24	4	2	2	32
Set Sayısı	55	8	5	4	72
Toplam Skor Sayısı	2024	257	185	142	2608
Toplam Maç Süresi (saat)	22:07	2:45	2:17	1:42	28:51
Ortalama Maç Süresi (dakika)	55	41	68	51	54
Toplam Kullanılan Top Sayısı	449	69	45	40	603
Maç Başına Düşen Ortalama Top Kullanımı (%)	18,7	17,3	22,5	20	18,8
Anlık İnceleme Sistemi	44	3	7	7	61
En Uzun Maç Süresi (dakika)	93	43	78	58	68

En Kısa Maç Süresi (dakika)	37	39	59	44	44,75
En Uzun Ralli Süresi (saniye)	91	58	116	79	86
En Uzun Ralli (vuruş)	89	57	108	73	81,75

Tablo 8’de çift kadınlar kategorisinde gerçekleşen maçların 72 setten oluştuğu ve toplamda 32 maç oynandığı görülmektedir. Maçlardaki toplam skor sayısı 2608 olup toplam maç süresi ise 28 sa. 51 dk.’dır. Ortalama maç süresi 54 dk. olarak görülürken bu maçlarda kullanılan top sayısı 603 ve maç başına düşen ortalama top kullanımı % 18,4 olarak belirlenmiştir. En uzun maç süresi ortalaması 68 dk., en kısa maç süresi ortalama 44,75 dk., en uzun ralli süresi 86 sn. ve en uzun ralli vuruş sayısı ortalamasının 81,75 adet olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 9. *Karışık Çiftler Maçlarının Analizleri (29 Maç)*

Değişkenler	Min.	Maks.	Ort.	ss
Maç Süresi (dk.)	27	44	34,96	4,49
En Uzun Ralli Süresi (sn.)	33	52	41,44	5,16
En Yüksek Ralli Vuruş Sayısı (adet)	22	35	28,4	3,51

Tablo 9’da karışık çiftler kategorisinde oynanan maçların analizi verilmiştir. Veriler incelendiğinde, maç sürelerinin 27 ile 44 dk. arasında değiştiği ve ortalama olarak $34,96 \pm 4,49$ dk. sürdüğü görülmektedir. En uzun ralli süresi 33 ile 52 sn. arasında değişirken, ortalama $41,44 \pm 5,16$ sn. olarak belirlenmiştir. Buna ek olarak, en yüksek ralli vuruş sayısı 22 ile 35 arasında değişmekte olup, ortalama vuruş sayısı $28,4 \pm 3,51$ olarak tespit edilmiştir.

Tablo 10. *Karışık Çiftler Müsabaka İstatistikleri*

Değişkenler	Grup Maçları	Çeyrek Final	Yarı Final	Final	Toplam / Ortalama
Maç Sayısı	21	4	2	2	29
Set Sayısı	46	8	5	4	63
Toplam Skor Sayısı	1637	294	194	137	2262
Toplam Maç Süresi (saat)	15:45	2:59	1:56	1:31	22:11
Ortalama Maç Süresi (dakika)	45	44	58	45	45
Toplam Kullanılan Top Sayısı	311	57	37	29	434
Maç Başına Düşen Ortalama Top Kullanımı (%)	14,8	14,3	18,5	14,5	15
Anlık İnceleme Sistemi	34	7	1	4	46
En Uzun Maç Süresi (dakika)	71	50	77	50	62
En Kısa Maç Süresi (dakika)	25	39	39	41	36
En Uzun Ralli Süresi (saniye)	79	39	45	74	59,25
En Uzun Ralli (vuruş)	50	52	51	83	59

Tablo 10 incelendiğinde karışık çiftler kategorisinde gerçekleşen maçların 63 setten oluştuğu ve toplamda 29 maç oynandığı görülmektedir. Maçlardaki toplam skor sayısı 2262 olup toplam maç süresi ise 22 sa. 11 dk.'dır. Ortalama maç süresi 45 dk. olarak görülürken bu maçlarda kullanılan top sayısı 434 ve maç başına düşen ortalama top kullanımı % 15 olarak tespit edilmiştir. En uzun maç süresi ortalaması 62 dk., en kısa maç süresi ortalama 36 dk., en uzun ralli süresi 59,25 sn. ve en uzun ralli vuruş sayısı ortalamasının 59 adet olduğu belirlenmiştir.

Tablo 11. 2004 Atina, Pekin 2008, 2020 Tokyo ve 2024 Paris Olimpiyat Oyunlarında Bazı Parametrelerin Kategorilere Göre Dağılımı

	2004 / ATINA		2008 / PEKİN		2012 / LONDRA		2016 / RİO		2020 / TOKYO		2024 / PARIS													
	TMSü (dk)	EURSü (sn)	EURSü (sn)	EURSü (sn)	TMSü (dk)	EURSü (sn)	EURSü (sn)	EURSü (sn)	TMSü (dk)	EURSü (sn)	EURSü (sn)	EURSü (sn)												
OMSa	(dk)	YVRVsa (adet)	OMSa	YVRVsa (adet)	OMSa	YVRVsa (adet)	OMSa	YVRVsa (adet)	OMSa	YVRVsa (adet)	OMSa	YVRVsa (adet)												
Tek Kadınlar	25	38,86	27,17	24,75	41	37,65	34,4	26,95	58	37,7	34,6	41,39	54	42,44	36,96	29,87	58	69,71	113,71	88,71	50	28,52	38,8	27,16
Tek Erkekler	25	51,58	29,95	30,86	41	41,7	42,43	37,95	48	45,12	38,4	38,66	56	46,37	43,6	40,03	54	69,75	115,62	90	51	41,92	39,68	33,6
Çift Kadınlar	18	51,09	43,62	48,53	16	42,75	55,75	57,12	22	42,27	48,16	53,39	32	53,0	53,53	57,9	32	73,08	172,58	162,08	32	32,92	43,12	28
Çift Erkekler	18	46,67	24,4	30,57	16	41,31	34,12	36,18	29	39,37	38,18	36,74	32	53,42	40,18	42,96	32	52,83	85,83	92,16	33	37,35	44,72	29,16
Kamışık Çiftler	20	46,94	22,08	27,62	16	44,25	34,25	35,43	32	44,27	23,19	35,43	32	46,78	33,75	37,93	32	62,37	33,87	98,62	29	34,96	41,44	28,4
OMSa:	Oynanan Maç	Maç Sayısı,	TMSü:	Toplam Maç	Süresi,	EURSü:	En Uzun Ralli	Süresi,	EURV S:	En Yüksek	Raket	Vuruş	Sayısı											

OMSa: Oynanan Maç Sayısı, TMSü: Toplam Maç Süresi, EURSü: En Uzun Ralli Süresi, EURV S: En Yüksek Raket Vuruş Sayısı

Tablo 11’de 2004 Atina, 2008 Pekin, 2012 Londra, 2016 Rio, 2020 Tokyo ve 2024 Paris Olimpiyatları badminton müsabakalarında tek kadınlar, tek erkekler, çift kadınlar, çift erkekler ve karışık çiftler kategorilerinde oynanan maçların oynanan maç sayısı (OMSa), toplam maç süresi (TMSü), en uzun ralli süresi (EURSü) ve en yüksek raket vuruş sayısı (EYRVSa) açısından istatistiksel değişimleri incelenmiştir. Tek kadınlar kategorisinde en fazla maç 2020 Tokyo’da (58), tek erkekler kategorisinde ise 2016 Rio’da (56) oynanmıştır. 2020 Tokyo Olimpiyatları’nda tüm kategorilerde en yüksek toplam maç süresinin kaydedildiği görülmüştür. 2024 Paris’te çift erkekler (37.35 dk.), çift kadınlar (32.92 dk.) ve karışık çiftler (34.96 dk.) kategorilerinde toplam maç sürelerinde belirgin bir azalma meydana gelmiştir. Tek kadınlar kategorisinde en uzun ralli süresi 113.71 sn. ile tek erkeklerde 2020 Tokyo’da 115.62 saniye ile en yüksek değere ulaşmıştır. En yüksek raket vuruş sayısı 2020 Tokyo Olimpiyatları’nda kaydedilmiş, özellikle çift kadınlar kategorisinde 162.08 ve tek erkeklerde ise 90 vuruş olarak belirlenmiştir.

SONUÇ

2024 Paris Olimpiyat Oyunlarında badminton müsabakalarına katılan sporcuların ortalama maç süresi, ralli süresi ve ralli vuruş sayılarına göre genel bir analizini yapmak ve daha önce yapılmış olan Olimpiyat Oyunlarıyla karşılaştırmak amacıyla yapılan bu araştırmada; tek kadınlar, tek erkekler, çift kadınlar, çift erkekler ve karışık çiftler kategorilerinde oynanan maçlardaki maç sayısı, toplam maç süresi, en uzun ralli süresi ve en yüksek raket vuruş sayıları dağılımı incelenmiştir.

Tek erkekler ve tek kadınlar kategorilerinde grup aşamasında ortalama maç süresi daha kısa iken, final turlarına doğru bu sürelerin belirgin şekilde arttığı görülmüştür. Tek erkeklerde grup aşamasında ortalama 45 dakika süren maçlar, finalde 61 dakikaya kadar çıkmış; tek kadınlar kategorisinde ise grup aşamasında 40 dakika olan ortalama süre finalde 52 dakikaya ulaşmıştır. Bu durum, oyuncuların turnuvanın ilerleyen aşamalarında daha dirençli ve mücadeleci bir oyun sergilediklerini göstermiştir.

Çift erkekler maçları yoğun tempoda geçmiş ve uzun ralliler sıkça yaşanmıştır. Özellikle en uzun ralli süresi ve en yüksek ralli vuruş sayısının geniş bir aralıkta değişmesi, oyuncuların maç esnasında farklı stratejiler izleyebildiğini göstermektedir. Çift erkekler kategorisinde oynanan maçların ilerleyen aşamalarda daha zorlu ve uzun süreli geçmiştir. Grup aşamasında daha kısa sürede tamamlanan maçlar, eleme turlarında uzamış ve rekabet seviyesi artmıştır. Özellikle final maçlarında ortalama sürenin 75 dakikaya ulaşması, oyuncuların fiziksel ve zihinsel olarak üst düzey performans sergilediğini ortaya koymaktadır.

Oyunlarda gerçekleşen çift kadınlar ve karışık çiftler kategorilerindeki oynanan maçların sonucunda maç süreleri, ralli süreleri ve vuruş sayıları aşamalara göre farklılık göstermiştir. Özellikle yarı final aşamasında en uzun ralliler ve en yüksek vuruş sayıları gözlemlenirken, final aşamasında maç süresi nispeten kısalmıştır. Bu durum, final maçlarında oyuncuların daha doğrudan ve sonuç odaklı hücumla yönelik bir oyun benimsediğini göstermektedir.

2024 Paris ile 2004 Atina, 2008 Pekin, 2012 Londra, 2016 Rio ve 2020 Tokyo Oyunlarında gerçekleşen badminton müsabakalarının incelendiği bu çalışma sonucunda;

- Olimpiyat Oyunlarında oynanan maç sayısı genel olarak yıllar içinde artış göstermiş,
- Çift kadınlar ve çift erkekler kategorilerinde oynanan maç sayıları 2004'ten 2024'e kadar artmış,
- Karışık çiftler kategorisinde 2012 Londra'dan itibaren maç sayısında belirgin bir artış görülmüş,
- En uzun ralli süresi bakımından en dikkat çekici artış çift kadınlar kategorisinde oynanan maçlarda gerçekleşmiş,
- Tek kadınlar kategorisinde en yüksek vuruş sayısına 2020 Tokyo Oyunlarında ulaşılmış,
- 2024 Paris Oyunlarında gerçekleşen badminton müsabakalarının genelinde en yüksek raket vuruş sayıları azalmış,
- En uzun ralli süresi açısından 2020 Tokyo Oyunlarında en yüksek değerler gözlemlenmiş, ancak 2024 Paris Oyunlarında bu süreler düşmüştür.

Bu sonuçlar, badminton branşında taktiksel oyun yapısının, fiziksel dayanıklılığın ve oyuncu karar mekanizmalarının zaman içinde nasıl değiştiğini göstermektedir. Gelecekteki antrenman ve strateji geliştirme süreçlerinde bu bulguların göz önünde bulundurulması, oyuncuların performanslarını optimize etmelerine yardımcı olabilir.

KAYNAKLAR

- Arslanoğlu, E., Arslan, Y. ve Şenel, Ö. (2009). 2008 Pekin Olimpiyat Oyunları badminton müsabakalarının analizi ve 2004 Olimpiyatlarıyla karşılaştırılması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 77-84. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000153
- International Olympic Committee (IOC). (2024). Results books – Paris 2024. https://library.olympics.com/Default/doc/SYRACUSE/3416166/results-books-livres-des-resultats-paris-2024-paris-2024?_lg=en-GB Erişim tarihi: 26.12.2024.
- Khan, Y., Abdalrahman, A. ve Ullah, R. (2025). Predicting badminton player performance: Integrating physical, psychological, and technical factors using machine learning. *Spectrum of Engineering Sciences*, 3(1), 1-20.
- Krippendorff, K. (2018). *Content analysis: An introduction to its methodology* (4th ed.). Sage Publications.
- Kurt, M. A. ve Çolak, M. (2022). Badmintoncularda life kinetik antrenmanlarının bazı koordinatif yetenekler üzerine etkisi. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 5(Özel Sayı 1), 195-216. <https://doi.org/10.38021/asbid.1199511>
- Putra, V. G. V., Irwan, ve Mohamad, J. N. (2024). A novel mathematical model of the badminton smash: Simulation and modeling in biomechanics. *Computer Methods in Biomechanics and Biomedical Engineering*, 27(4), 538-545. <https://doi.org/10.1080/10255842.2023.2190439>

BÖLÜM 3

SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNDE SPORTMENLİK DAVRANIŞI İLE DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ¹

Yakup KOÇ²

Ömer Faruk BEKTAŞ³

¹ Bu çalışma, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi'nde birinci yazarın danışmanlığında ikinci yazarın 2024 yılında kabul edilen yüksek lisans tezinin bir bölümünden özetlenerek hazırlanmıştır.

² Prof. Dr., Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, yakupkoc@erzincan.edu.tr ORCID: 0000-0003-0141-7177

³ Öğretmen, İstanbul İl Milli Eğitim, bektasomerfaruk4@gmail.com ORCID: 0000-0002-4889-7246

Spor bilimleri öğrencilerinde sportmenlik davranışı ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkisinin incelenmesi

Anahtar Kelimeler: Algılanan sosyal destek, Duygu düzenleme, Sportmenlik davranışı

Examination of the relationship between sportsmanship behavior and emotion regulation skills in sports science students

Keywords: Emotion regulation, Perceived social support, Sportsmanship behavior

GİRİŞ

Spor, bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimlerini destekleyen önemli bir aktivite alanıdır. Sporun bu çok boyutlu etkileri, özellikle sporcuların ve spor bilimleri öğrencilerinin davranışsal ve psikolojik özelliklerini anlamaya yönelik araştırmaların artmasına neden olmuştur. Bu bağlamda, sporcuların ve spor bilimleri öğrencilerinin sportmenlik davranışları ve sporda duygu düzenleme becerileri konuları son yıllarda giderek daha fazla ilgi çeken bir konu haline gelmiştir. Spor bilimleri öğrencileri, geleceğin antrenörleri, spor yöneticileri ve sporcuları olarak, sporun temel değerlerini benimsemek ve bu değerleri topluma yaymakla yükümlüdür. Bu nedenle spor bilimleri öğrencileri ile yapılan bu çalışma sadece bireysel düzeyde değil, toplumsal düzeyde de önemli sonuçlar doğurabilir.

Sportmenlik davranışı, sporcuların adil oyun, saygı, dürüstlük ve takım ruhu gibi değerleri benimsemesi ve bu değerleri müsabaka sırasında sergilemesi olarak tanımlanabilir (Shields & Bredemeier, 1995). Duygu düzenleme becerileri ise bireylerin duygusal tepkilerini kontrol edebilme, olumsuz duyguları yönetebilme ve olumlu duyguları artırabilme yeteneği olarak ifade edilmektedir (Gross & John, 2003). Bu iki kavramın birbiriyle olan ilişkisi, sporcuların hem performanslarını hem de sosyal etkileşimlerini etkileyebilecek önemli bir dinamik olarak karşımıza çıkmaktadır.

Dünyada genel olarak sporun içinde kullanılan sportmenlik kavramı; dürüst ve adil davranışları temsil eden temel ahlâki değerler olarak tanımlanmaktadır (Tel, 2014). Pehlivan (2004) ise rakip ile mücadele etmenin kazanmaktan daha zevkli olduğu, bireyin yalnızca kendi başarısına odaklanmayıp rakip başarısını da benimsemekle birlikte; kurallı ve adaletli bir

oyun olduğunun farkına varması şeklinde ifade etmektedir. Pek çok ahlaki kavramı bünyesinde bulunduran sportmenlik, karşısındaki bireye olan davranış ve tutumla bir bütün oluşturmaktadır (Koç, 2013). Spor ortamlarında sportmenlik davranışının daha iyi anlaşılması sportmenlik davranışlarını artırmaya yönelik uygulamalara yol gösterecektir. Literatürde sportmenliğin bazı kişilik özellikleri ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Sportmenliğin empati (Koç, 2017a), sabır (Koç, 2017b), saygı (Koç & Seçer, 2018; Koç & Yeniçeri, 2017), şiddet eğilimi (Koç, 2017a), saldırganlık (Koç & Güllü, 2017), stres (Efek & Yiğiter, 2022), mükemmeliyetçilik (Efek & Türegün, 2022) gibi kişilik özellikleri ile yakın ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Sportmenlik kavramının ilişkili olduğu davranış becerilerinin ortaya konması sportmenliği geliştirici uygulamaların daha etkili olmasını sağlayacaktır. Bu davranışın altında yatan psikolojik süreçler, sporcuların duygu düzenleme becerileriyle yakından ilişkilidir. Özellikle yüksek rekabet ortamlarında, sporcuların olumsuz duygularını kontrol edebilmesi ve stresle başa çıkabilmesi, sportmenlik davranışlarını sergilemelerini kolaylaştırabilir (Lane, vd., 2016). Sporcuların olumlu ve olumsuz davranışlarını kontrol altında tutabilmek için duygularını düzenleyebilmesi gerektiği bilinmektedir (Thompson, 1994). Bu açıdan duygu düzenleme becerisinin sportmenlik davranışlarında etkili olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle, spor bilimleri öğrencilerinin duygu düzenleme becerilerinin sportmenlik davranışları üzerindeki etkisini incelemek, hem teorik hem de pratik açıdan önemli bir katkı sağlayabilir.

Duygu düzenleme becerisi; bireylerin amaçlarına ulaşabilmek için duygusal tepkileri yönetmek, değiştirmek ve değerlendirmekle alakalı hem iç hem de dış süreçlerin bütünü olarak tanımlanmaktadır (Thompson, 1994). Berking ve Whitley (2018) ise; duygusal tepkilerin normal seyrini değiştirmek için bireyler tarafından gerçekleştirilen eylemleri kapsadığını belirtmektedir. Öte yandan Gross (1998); bireyin dikkatini bir uyarana yöneltmesi, algılaması, değerlendirmesi ve bunun sonucunda duygusal bir tepki gerçekleştirilmesiyle birlikte döngüsel bir süreç olarak kavramsallaştırmaktadır. Ayrıca duyguların kontrolü, düzenlenmesi özellikle stresli ve rekabetçi ortamlarda bireylerin performansını ve sosyal etkileşimlerini doğrudan etkileyebilir (Gross, 2015). Sporcular için duygu düzenleme, müsabaka sırasında yaşanan kaygı, öfke veya hayal kırıklığı gibi olumsuz duyguları yönetebilme ve bu duyguların performans üzerindeki olumsuz etkilerini azaltabilme anlamına gelir (Lane vd. 2016). Ayrıca, duygu düzenleme becerileri yüksek olan sporcular, rekabet sırasında daha sakin ve odaklı kalabilir, bu da sportmenlik davranışlarını sergilemelerini kolaylaştırabilir (Jones, Lane, Bray, Uphill, & Catlin, 2005). Yapılan araştırma sonuçlarına göre sporda duygu düzenleme becerisi; sporcunun sağlıklı yaşam davranışlarını, kişilerarası etkileşimini ve takım çalışmasına yatkınlığını

(Campo ve ark., 2019; Tamminen ve Crocker, 2013), sporcunun yaşam boyu öğrenme eğilimini (Consedine, 2011), benlik saygısını (Garnefski ve Kraaij, 2007; Tamminen ve Crocker, 2013) ve değerlerini (Kavussanu, 2008; Shields ve Bredemeier, 2007) etkilediği anlaşılmıştır.

Spor bilimleri öğrencilerinde duygu düzenleme becerisinin sportmenlik davranışı ile ilişkisini inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanılmaması bu çalışmanın özgünlüğünü ve önemini ortaya koymaktadır. Bu çalışmada temel olarak spor bilimleri öğrencilerinin duygu düzenleme becerileri ile sportmenlik davranışları arasındaki ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu temel amaç dışında aşağıdaki sorulara da cevap aranacaktır.

- Spor bilimleri öğrencilerinin sportmenlik davranışı ve duygu düzenleme becerileri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
- Spor bilimleri öğrencilerinin sportmenlik davranışı ve duygu düzenleme becerileri sınıf değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
- Spor bilimleri öğrencilerinin sportmenlik davranışı ve duygu düzenleme becerileri bir kulüpte sporcu olma değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
- Spor bilimleri öğrencilerinin sportmenlik davranışı ve duygu düzenleme becerileri bir kulüpte sporcu olma değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
- Spor bilimleri öğrencilerinin sportmenlik davranışı ve duygu düzenleme becerileri üniversite takımında oynama değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

MATERYAL ve METOT

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma; birden çok değişkenin birbiriyle olan ilişkilerini belirlemek için ölçek formların yardımı ile araştırılmış ve nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeliyle yürütülmüştür (Karasar, 2012).

Araştırmanın Grubu

Araştırma grubunu 2023-2024 eğitim-öğretim yılında spor bilimleri alanında, 10 farklı üniversitede öğrenim gören 176 kadın ve 225 erkek olmak üzere toplam 401 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmanın çalışma grubu,

seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde; çalışma grubunda, 176 kadın (%43,9) ve 225 erkek (%56,1) olmak üzere toplam 401 spor bilimleri öğrencisi bulunmaktadır. Katılımcıların 10 farklı üniversite ve 4 farklı bölümde öğrenim görmektedir. Öğrencilerden 1. sınıfta öğrenim görenlerin sayısı 125, 2. sınıfta öğrenim görenlerin sayısı 90, 3. sınıfta öğrenim görenlerin sayısı 100 ve 4. sınıfta öğrenim görenlerin sayısı 86'dır. Katılımcılardan 269'unun aktif olarak uğraştığı spor branşı varken 132'sinin aktif olarak uğraştığı spor branşı yoktur. Katılımcıların 112'si bir kulüpte sporcuken 289'u bir kulüpte sporcu değildir. Katılımcılardan 78'i üniversite takımında oynarken 323'ü oynamamaktadır.

Tablo 1. Sosyo-demografik Değişkenlerin İncelenmesi

Değişkenler		(n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	176	43.9
	Erkek	225	56.1
Sınıf	1.sınıf	125	31.2
	2.sınıf	90	22.4
	3.sınıf	100	24.9
	4.sınıf	86	21.4
Bir kulüpte sporcu olma durumu	Evet	112	27.9
	Hayır	289	72.1
Üniversite takımında oynama durumu	Evet	78	19.5
	Hayır	323	80.5

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Çalışmada katılımcıların demografik bilgileri kişisel bilgi formu yardımıyla elde edilmiştir. Bu formda Spor Bilimleri öğrencilerinin cinsiyeti, öğrenim gördüğü üniversite, bölümü, sınıfı, güncel transkript ortalaması, aktif olduğu spor branşı, bir kulüpte sporcu olma durumu ve üniversite takımında olup olmaması sorgulanarak demografik değişkenler oluşturulmuştur.

Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği (BEDSDÖ): Koç (2013) tarafından geliştirilmiş araştırmacı ve eğitimcilerin kullanabilecekleri ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi sportmenlik davranışlarını ölçebilecek geçerli ve güvenilir bir ölçektir. 5'li Likert ti-

pinde 22 maddelik ölçeğin 11'er maddeli iki faktörlü yapısı vardır. Faktörler "Uygun Davranışlar Sergileme" (UDS) ve "Uygunsuz Davranışlardan Kaçınma" (UDK) şeklinde isimlendirilmiştir. Koç ve Güllü (2017) çalışmalarında faktörlerin adlarını daha iyi anlaşılması ve yorumlanması amacıyla değiştirmiştir. Orijinal ölçekteki "Uygun Davranışlar Sergileme" (UDS) faktörü aynı anlamı taşıyan "pozitif davranışları sergileme" (PDS) ve "Uygunsuz Davranışlardan Kaçınma" (UDK) faktörü de aynı anlamı taşıyan "Negatif Davranışlardan Kaçınma" (NDK) olarak değiştirilmiştir. PDS Faktörüne "Beden eğitimi dersinde heyecanlanıp oyun kuralına uymadığımda rakibimden özür dilerim" ve NDK Faktörüne "Beden eğitimi dersinde yendiğim zaman karşı takım oyuncusuyla dalga geçerim" maddeleri örnek olarak verilebilir. Dereceleme biçimi maddelerde yer alan davranışların sergilenme sıklığını ölçmek amacıyla "(5) Her Zaman, (4) Çok Sık, (3) Ara Sıra, (2) Nadiren ve (1) Hiçbir Zaman" olarak belirtilmiştir. NDK faktörü puanları ters puanlanmıştır. Ölçeğin tümünden ortaya çıkan puan "Toplam Sportmenlik (TS)" olarak değerlendirilmiştir. Ölçekten alınan puanlar arttıkça öğrencilerin sportmenlik düzeylerinin daha iyi olduğu anlaşılmaktadır.

Ölçeğin geliştirildiği çalışmada ölçeğin tamamının iç tutarlılık güvenilirliği (Cronbach Alpha) 0.85 olarak bulunmuştur (Koç, 2013). Ölçeğin bu çalışma grubu için Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı, 0.85 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca, Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği'nin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları, Pozitif Davranışları Sergileme alt boyutunda 0.77, Negatif Davranışlardan Kaçınma alt boyutunda 0.83 bulunmuştur.

Sporcularda Duygu Düzenleme Ölçeği: Bu ölçek, Gross ve John (2003) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe uyarlaması Eldeleklioğlu ve Eroğlu (2015) tarafından yapılmış olup sporcular için uyarlaması ise Tingaz ve Ekiz (2021) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin 8 maddesi bulunmaktadır ve 7'li Likert tipindedir. Ölçek, Bastırma (1, 2, 4, 7) ve Bilişsel Yeniden Değerlendirme (BYD) (3, 5, 6, 8) alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin, bu çalışmada Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı, 0.71 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca Sporcu Duygu Düzenleme Ölçeğinin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları Bilişsel Yeniden Düzenleme alt boyutunda 0.70; Bastırma alt boyutunda 0.52 bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Kişi ve yüzde dağılımları için frekans analizi yapılmıştır. Ölçek toplam puanları için betimleyici istatistik, iç tutarlılık için madde analizi, iki kategori için ortalamalar arası farkın incelenmesinde pozitif testlerden bağımsız örnek t testi, üç ve daha fazla sayıda kategori için ortalamalar arası

farkın incelenmesinde tek yönlü varyans analizi ve ikili karşılaştırmalarda Tukey (Post Hoc) testi yapılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkilerin incelenmesinde korelasyon analizi kullanılmıştır. Analizler SPSS.27 paket programı yardımıyla gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın Etiği

Araştırma için Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İnsan Araştırmaları Eğitim Bilimleri Etik Kurulunun 27 Şubat 2024 tarihli ve 04 sayılı oturumunda alınan 04/01 sayılı kararı ile etik kurul kararı alınmıştır. Araştırma “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde yürütülmüştür.

BULGULAR

Tablo 2. Ölçeklerin İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları

Ölçek/Alt Boyutlar	K	Cronbach Alfa
Pozitif Davranışları Sergileme (PDS)	11	0.77
Negatif Davranışlardan Kaçınma (NDK)	11	0.83
Bilişsel Yeniden Düzenleme (BYD)	4	0.70
Bastırma	4	0.52

Tablo 2’de Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı PDS alt boyutunda 0.77, NDK alt boyutunda 0.83 olarak bulunmuştur. Sporcu Duygu Düzenleme Ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı BYD alt boyutunda 0.70 ve Bastırma alt boyutunda 0.52 olarak bulunmuştur.

Tablo 3. Ölçek Alt Boyut Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistik Tablosu

Alt Boyut	Min.	Mak.	Ort.	Ss	Çarpıklık	Basıklık
PDS	17	55	43.29	7.07	-0.70	0.42
NDK	11	55	43.82	8.38	-0.91	0.88
BYD	4	28	19.93	4.95	-0.26	-0.45
Bastırma	4	28	16.93	4.91	0.29	0.01

Tablo 3’de spor bilimleri öğrencilerinin ölçek alt boyutlarından aldıkları puanların dağılımına yer verilmiştir. **Ölçek** puanlarının çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1,5, +1,5 sınırları içerisinde olduğu tespit edilmiştir. Tabachnick ve ark. (2013), ölçeklerde yer alan ifadelerle ilişkin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1,5- +1,5 arasında olması durumunda verinin normal dağılım sergileyeceğini belirtmektedir.

Tablo 4. Ölçek Alt Boyut Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları

Alt Boyut	Cin- siyet	N	Ort.	Ss	t	sd	p
PDS	Kadın	176	43.46	7.36	0.43	399	0.66
	Erkek	225	43.15	6.84			
NDK	Kadın	176	45.53	8.07	3.66	399	0.00*
	Erkek	225	42.48	8.39			
BYD	Kadın	176	20.26	5.09	1.17	399	0.24
	Erkek	225	19.68	4.83			
Bastırma	Kadın	176	16.67	5.34	0.90	399	0.36
	Erkek	225	17.12	4.55			

*p<0.05

Tablo 4’te katılımcıların, ölçeklerin alt boyutlarından aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre t-testi sonuçları sunulmuştur. PDS alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [t(399)= 0.43; p>0.05]. NDK alt boyutunda ise kadın katılımcılar lehine istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [t(399)= 3.66; p<0.05]. BYD [t(399)= 1.17; p>0.05], Bastırma [t(399)= 0.90; p>0.05] alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Tablo 5. Ölçek Alt Boyut Puanlarının Öğrenim Görülen Sınıf Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları

Alt Boyut	Sınıf	n	Ort.	Ss	F	sd	p	Tukey
PDS	1	125	42.22	7.77	1.45	3397	0.23	
	2	90	44.04	6.94				
	3	100	43.70	6.42				
	4	86	43.56	6.78				
NDK	1	125	43.64	8.42	1.25	3397	0.29	
	2	90	45.22	8.46				
	3	100	42.93	8.24				
	4	86	43.65	8.38				
BYD	1	125	19.34	4.70	6.83	3397	0.00*	**3>2,4
	2	90	20.71	4.95				
	3	100	21.28	5.08				
	4	86	18.41	4.63				
Bastırma	1	125	16.98	5.02	0.09	3397	0.96	
	2	90	16.91	5.21				
	3	100	17.06	4.82				
	4	86	16.70	4.61				

*p<0.05, **p<0.01

Tablo 5'te spor bilimleri öğrencilerinin, ölçek alt boyutlarından aldıkları puanların öğrenim görülen sınıf değişkenine göre ANOVA sonuçları sunulmuştur. PDS [F(3.397)= 1.45; p>0.05], NDK [F(3.397)= 1.25; p>0.05] ve Bastırma [F(3.397)= 0.09; p>0.05] alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. BYD [F(3.254)= 6.83; p<0.05] alt boyutunda Tukey-B (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, 3. sınıftaki katılımcılar lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 6. Ölçek Alt Boyut Puanlarının Bir Kulüpte Sporcu Olma Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları

Alt Boyut	Kulüp Sporcusu	n	Ort.	Ss	t	sd	p
PDS	Evet	112	42.53	7.60	1.34	399	0.18
	Hayır	289	43.58	6.84			
NDK	Evet	112	43.87	8.60	0.07	399	0.95
	Hayır	289	43.80	8.31			
BYD	Evet	112	19.90	4.52	0.07	399	0.94
	Hayır	289	19.94	5.11			
Bastırma	Evet	112	16.44	5.20	1.24	399	0.22
	Hayır	289	17.11	4.79			

Tablo 6’da çalışma kapsamında yer alan spor bilimleri öğrencilerinin ölçek alt boyutlarından aldıkları puanların bir kulüpte sporcu olma değişkenine göre t-Testi sonuçları sunulmuştur. PDS [t(399)= 1.34; p>0.05], NDK [t(399)= 0.07; p>0.05], BYD [t(399)= 0.07; p>0.05] ve Bastırma [t(399)= 1.24; p>0,05] alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Tablo 7. Ölçek Alt Boyut Puanlarının Üniversite Takımında Oynama Durumu Değişkenine Göre t-testi Sonuçları

Alt Boyut	Üniversite Takımında Oynama	n	Ort.	Ss	t	sd	p
PDS	Evet	78	43.87	7.06	0.81	399	0.47
	Hayır	323	43.15	7.07			
NDK	Evet	78	44.27	8.07	0.53	399	0.60
	Hayır	323	43.71	8.46			
BYD	Evet	78	21.04	5.04	2.21	399	0.03*
	Hayır	323	19.66	4.89			
Bastırma	Evet	78	15.94	5.02	1.99	399	0.05*
	Hayır	323	17.16	4.87			

*p<0.05

Tablo 7’de spor bilimleri öğrencilerinin ölçek alt boyutlarından aldıkları puanların bir kulüpte sporcu olma değişkenine göre t-Testi sonuçları sunulmuştur. PDS [$t(399)= 0,814$; $p>0,05$] ve NDK [$t(399)= 0,526$; $p>0,05$] alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. BYD alt boyutunda üniversite takımında oynayan katılımcılar lehine istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(399)= 2,215$; $p<0,05$]. Bastırma alt boyutunda üniversite takımında oynamayan katılımcılar lehine istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur [$t(399)= -1,989$; $p<0,05$].

Tablo 8. Ölçeklerin Alt Boyutlarından Alınan Toplam Puan Ortalamaları Arasındaki Korelasyon Tablosu

Alt Boyut	1	2	3	4
PDS	1			
NDK	0.43*	1		
BYD	0.20*	0.09	1	
Bastırma	0.09	0.03	0.43*	1

* $p<0.05$; 1: PDS, 2: NDK, 3:BYD, 4: Bastırma

Tablo 8’de çalışma kapsamında yer alan katılımcıların ölçeklerin alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki korelasyon sonuçları sunulmuştur. PDS alt boyut toplam puan ortalamaları ile NDK alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur ($r=0.43$; $p<0.05$). PDS alt boyut toplam puan ortalamaları ile BYD ($r=0.20$; $p<0.05$) alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı pozitif yönde zayıf bir ilişki tespit edilmiştir. BYD alt boyut toplam puanları ile bastırma ($r=0.43$; $p<0.05$) alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı pozitif yönde zayıf bir ilişki tespit edilmiştir.

TARTIŞMA

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgular, araştırmanın soruları doğrultusunda tartışılarak yorumlanmıştır. Mevcut araştırmadacinsiyet değişkenine göre ölçek sonuçlarına bakıldığında kadın ve erkek öğrenciler arasında PDS alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilezken NDK alt boyutunda ise kadın öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu sonucun toplumsal cinsiyet normlarının genellikle kadınlardan daha duyarlı, nazik ve empatik davranışlar beklendiğinden dolayı oluştuğu düşünülmektedir. Kadınlar genellikle toplumsal kabul görmek, ilişkilerini güçlendirmek ve topluluk içinde uyum sağlamak için negatif davranışlardan

kaçınma konusunda erkeklerden daha fazla çaba göstermelerinden kaynaklı olduğu da düşünülmektedir. Literatürdeki benzer çalışmalara göz atıldığında; Koç ve Seçer (2018) spor bilimleri alanında eğitim gören üniversite öğrencileri ile yaptıkları bir araştırmada NDK alt boyutunda kadınlar lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Benzer şekilde Koç (2017b), ortaöğretim öğrencileri ile yaptığı bir çalışmada cinsiyete göre negatif davranışlardan kaçınma alt boyutunda kadınlar lehine anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Diğer taraftan Özsaydı (2020), spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören kadın öğrencilerin sportmenlik yönelim puanlarının erkeklerle göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Öte yandan Uysal (2022), yaptığı bir araştırmada spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sportmenlik anlayışına uygun hareket etme konusunda kadın öğrencilerin sonuçları erkek öğrencilere göre kısmen daha anlamlı olduğu görülmüştür. Kaya (2024) ise spor bilimleri fakültesi öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada kadınların sportmenlik yönelimi düzeylerinin erkek öğrencilerden yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca; Ekinci ve Koç (2020) ortaokul öğrencilerinde, Koç (2017a) ortaokul öğrencileriyle, Koç (2017b) ortaöğretim öğrencileriyle, Koç ve Güllü (2017) lise öğrencilerinde yaptığı çalışmada cinsiyete göre sportmenlik seviyelerinde kadınlar lehine anlamlı farklılık tespit etmiştir. Literatür ve mevcut çalışma sonuçlarına göre kadınların erkeklere göre daha sportmen davranış sergilediklerini söyleyebiliriz. Bunun sebebinin ise erkeklerin doğası gereği saldırgan davranışlar sergilemeye meyilli, kadınların ise daha nazik ve anlayışlı bir yapıda olmasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Mevcut çalışma ile paralellik gösteren çalışmaların yanı sıra Sabirli (2024), spor bilimleri fakültesin öğrencileri ile yaptığı araştırmada erkeklerin sportmenlik yönelimlerinin daha yüksek olduğu sonucunu elde etmiştir. Ayrıca Boztepe (2024) ortaöğretimde öğrenim gören öğrenciler ile yaptığı araştırmada, cinsiyete göre pozitif davranışlar sergileme alt boyutunda kadınlar lehine anlamlı bir farklılık bulmuşken; negatif davranışlardan kaçınma alt boyutunda erkekler lehine anlamlı bir farklılık tespit etmiştir. Bu farklılıkların nedenin ise örneklem grubundaki öğrencilerin sosyokültürel yapısı ve aldıkları eğitimden kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Literatürde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmayan çalışmalar da mevcuttur. Ayyed (2023) beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinde, Çakmak (2023) bireysel sporlarla ve takım sporları ile ilgilenen sporcularda, Günesen (2022) elit düzey boksörlerde, Miller ve ark. (2004) genç erkek ve kadın futbolcularda, Shields ve Brede-meier (2007) Amerika'da 5. ve 8. sınıf seviyesindeki sporcularda cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma olmadığını saptamışlardır. Bu araştırmada, kadın ve erkek öğrenciler arasında BYD ve bastırma alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Literatür incelendiğinde mevcut çalışmaya paralellik gösteren araştırmalar mevcuttur. Şahin (2022) taekwondo sporcuları ile yaptığı bir araştırmada cinsiyet değişkenine göre bilişsel yeniden

değerlendirme ve bastırma alt boyutlarında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Diğer taraftan Güler (2022), spor bilimleri öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada cinsiyete göre BYD ve Bastırma alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit etmemiştir. Bu sonuçlar üzerinden düşünüldüğünde cinsiyete göre duygu düzenleme becerisinde bastırma ve bilişsel yeniden düzenleme anlamında cinsiyetin etkin rol oynamadığı söylenebilir. Fakat literatürde farklılık gösteren çalışmalar da mevcuttur. Bayrakdaroğlu ve ark. (2022) spor bilimleri öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada bilişsel yeniden düzenleme boyutunda cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulamazken bastırma boyutunda erkeklerin lehine anlamlı farklılık saptamıştır. Diğer taraftan Yazıcı (2022), cinsiyete göre bastırma alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlamazken BYD alt boyutunda erkekler lehine anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmiştir. Bu çalışmalara ek olarak Dede ve Eker (2019) yaptığı bir araştırmada üniversite öğrencilerinin kendini suçlama, yıkım, diğerlerini suçlama alt boyutlarında erkeklerin duygu düzenleme puanları kadınlardan daha yüksek bulmuş iken; bakış açısına yerleştirme alt boyutunda ise kadınların puanları daha yüksek tespit edilmiştir. Konyalıoğlu (2022) ise üniversite öğrencilerinin kabul ve tolerans alt boyutlarında erkekler lehine anlamlı farklılık olduğunu tespit etmiştir. Benzer olarak Öner ve Aşçı (2020) sporcular ile yaptığı bir araştırmada bilişsel duygu düzenleme stratejilerinde diğerlerini suçlama alt boyutunda erkeklerin lehine anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda ise duygu düzenleme becerisinde bastırma ve bilişsel yeniden düzenleme alt boyutlarında cinsiyete göre net bir kanı oluşmadığı görülmektedir. Bunun sebebinin üniversite çağındaki erkek ve kadınların benzer oranda duygu düzenleme becerisine sahip olduğundan kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma sınıf değişkenine göre PDS ve NDK alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonucun sebebine bakıldığında eğitim kurumları, tüm sınıf düzeylerinde benzer fiziksel eğitim ve sportmenlik eğitimi programları uyguluyor olabilir. Ayrıca, bu öğrencilerin yaşlarına bakılmaksızın benzer sportmenlik davranışları sergilemelerinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde bu çalışma sonucu ile paralellik gösteren araştırmaların mevcut olduğu görülmüştür. Uysal (2022) yaptığı bir araştırmada spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sportmenlik anlayışlarının sınıf değişkenine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Bakırcı (2023) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri ile yaptığı çalışmada sınıf değişkenine göre anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Boztepe (2024) ise lise öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada sınıf değişkenine göre sportmenlik davranışı toplam puanında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Benzer şekilde Koç (2017b) ortaöğretim öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada sınıf değişkenine göre

anlamli bir farklılık bulamamıştır. Araştırmalarda benzer sonuçların yanında farklı sonuçlar da elde edildiği görülmüştür. Koç ve Seçer (2018) spor bilimleri öğrencileri ile yaptığı araştırmada NDK alt boyutunda 1. ve 4. Sınıftaki öğrencilerin puanlarının 2. ve 4. Sınıftaki öğrencilerin puanlarına göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Diğer taraftan Ayyed (2023), beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencileri ile yaptığı araştırmada 1. sınıftaki katılımcıların sportmenlik yönelimi puanlarının diğer sınıflardaki katılımcıların puanlarından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuca göre üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin daha adil, nazik, kurallara bağlı ve erdemli davranışlar sergiledikleri söylenebilir. Bu yorumu destekler nitelikte ortaokulda yapılan çalışmalar incelendiğinde Güray (2023) ortaokul öğrencileri ile yaptığı çalışmada PDS ve NDK alt boyutunda 5. sınıfta okuyan öğrencilerin puanları, 6. ve 8. sınıftaki öğrencilerin puanlarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca Koç (2017a), ortaokul öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada sınıf değişkenine göre pozitif davranışlar sergileme, negatif davranışlardan kaçınma ve toplam sportmenlik puanlarında 5. sınıflar lehine anlamlı farklılık tespit etmiştir. Koç ve Karabudak (2017) 6, 7 ve 8. sınıfta öğrenim gören ortaokul öğrencileri ile yaptığı çalışmada 6. ve 7. sınıftaki öğrencilerin sportmenlik davranışlarının 8. sınıf öğrencilerine göre anlamlı düzeyde daha iyi olduğu tespit edilmiştir. Çakır (2022), ortaokul öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada 5. sınıf öğrencilerinin sportmenlik toplam puanları 6., 7. ve 8. sınıf öğrencilerinden yüksek olduğunu görmüştür. Öte yandan Sabirli (2024), spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin sportmenlik yönelimleri toplam puanında yüksek lisans öğrencilerin lehine anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmiştir. Bu sonuca göre ise eğitim seviyesinin sportmenlik davranışında etkin olduğu söylenebilir. Araştırmada, sınıf seviyesine göre öğrenciler arasında BYD alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilirken bastırma alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. BYD alt boyutunda 3. sınıf öğrencilerin puanları 2 ve 4. sınıf lardan yüksek çıkmıştır.

Araştırma, bir kulüpte sporcu olma ve üniversite takımında oynama durumu değişkenine göre PDS ve NDK alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonucun nedeninin; pozitif davranışlar sergilemenin veya negatif davranışlardan kaçınmanın dürüstlük, saygı, empati ve iş birliği gibi evrensel değerlere dayandığı için sporcu olup olmamaktan bağımsız olarak herkes için geçerli olduğu düşünülmektedir. Literatüre baktığımızda ortaokul öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada sportmenlik davranışları ile kulüp sporcusu olma değişkeni arasında NDK alt boyutunda kulüp sporcusu olmayan katılımcılar lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir (Buyrukoğlu vd., 2022). Çakmak (2023) takım ve bireysel sporlar ile ilgilenen sporcular ile yaptığı araştırmada, bireysel

sporlarla ilgilenen müsabık veya müsabık olmayan sporcuların NDS ve PDS alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Fakat takım sporları ilgilenen sporcuların PDS alt boyutunda müsabık olmayan sporcuların NDK alt boyutunda ise müsabık sporcuların lehine anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Bu sonuca göre takım sporu ile ilgilenen sporcuların pozitif davranışlar sergilemede daha iyi olduğu; takım sporcularının ise negatif davranışlardan kaçınma noktasında daha iyi olduğu görülmektedir. Bunun sebebinin takım oyunlarında işbirliği ile hareket edilmesinin önemli olduğu ve negatif davranışlar sergilendiğinde takıma zarar verileceği bilincinden kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Diğer taraftan Çakır (2022), ortaokul öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada sportmenlik davranışları toplam puanlarının lisanslı sporcu olmayanların lehine anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Sebep olarak lisanslı sporcu olmayanların galibiyet arzusunun lisanslı olarak sporcu olanlara göre daha az olmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Koç (2017b), ortaöğretim öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada okul takımında oynama değişkenine göre okul takımında oynayan sporcular lehine anlamlı bir farklılık görmüştür. Güray (2023), ortaokul öğrencileri ile yaptığı çalışmada ise lisanslı ve lisanssız sporcu olma değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Öte yandan Sabirli (2024), spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin aktif olarak spor yapma ve aktif olarak spor yapmama durumuna göre sportmenlik yönelimi toplam puanında ve alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edememiştir. Aynı zamanda bireysel takım sporu ile uğraşanlar ve takım sporu yapanlar arasında anlamlı bir farklılığa rastlamamıştır. Benzer şekilde Koç ve Seçer (2018), spor bilimleri öğrencileri ile yaptığı araştırmada PDS ve NDK alt boyutlarında aktif spor yapma değişkeninde; bireysel, takım ve bedensel temas olmayan spor branşlarındaki öğrenciler arasında anlamlı bir farklılığa rastlamamışlardır. Ayrıca üniversite takımında oynama değişkenine göre de anlamlı bir farklılık bulamamışlardır. Bu araştırmada, bir kulüpte sporcu olma durumu değişkenine göre BYD ve Bastırma alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunamazken üniversite takımında oynama değişkenine göre BYD ve Bastırma alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Yazıcı (2022) bireysel ve takım sporcusu olma durumuna göre BYD alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edememiştir. Fakat bastırma alt boyutunda takım sporlarında yer alan katılımcılar lehine anlamlı bir farklılığa rastlamıştır. Bunun sebebinin takım sporcularının işbirliği içinde hareket ederek takıma zarar verecek duyguları bir şekilde bastırma durumunda kalması düşünülmektedir. Soydal Darıcı (2019), korumalı futbol ve güreş sporcularının duygu düzenleme becerilerinde anlamlı bir farklılığa rastlamamıştır. Benzer şekilde Bayrakdaroğlu ve ark. (2022) spor bilimleri öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada spor türüne göre duygu düzenleme

puanları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Kesin yargılara varabilmek için daha fazla çalışma sonuçlarına ihtiyaç duyulmaktadır.

Araştırma kapsamında yer alan katılımcıların ölçeklerin alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki korelasyon sonuçları sunulmuştur. Sportmenlik ve duygu düzenlemnin kendi alt boyutlarındaki korelasyon sonuçlarını dikkate alınmadığında sadece PDS alt boyut toplam puan ortalamaları ile BYD alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı pozitif yönde zayıf bir ilişki tespit edilmiştir. Literatürde bu konuya ilişkin bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu nedenle bulguların tartışılma imkanı azdır. Sportmenlik kavramının ilişkili olduğu davranış becerilerinin ortaya konması sportmenliği geliştirici uygulamaların daha etkili olmasını sağlayacaktır. Bu davranışın altında yatan psikolojik süreçler, sporcuların duygu düzenleme becerileriyle yakından ilişkilidir. Özellikle yüksek rekabet ortamlarında, sporcuların olumsuz duygularını kontrol edebilmesi ve stresle başa çıkabilmesi, sportmenlik davranışlarını sergilemelerini kolaylaştırabilir (Lane, vd., 2016). Sporcuların olumlu ve olumsuz davranışlarını kontrol altında tutabilmek için duygularını düzenleyebilmesi gerektiği bilinmektedir (Thompson, 1994). Sonuçlar duygu düzenleme becerisinin sportmenlik davranışlarında etkili olabileceği doğrulamaktadır. Ayrıca duyguların kontrolü, düzenlenmesi özellikle spor ortamları gibi stresli ve rekabetçi ortamlarda bireylerin etkileşimlerini doğrudan etkileyebilir (Gross, 2015). Sporcular için duygu düzenleme, müsabaka sırasında yaşanan kaygı, öfke veya hayal kırıklığı gibi olumsuz duyguları yönetebilme ve bu duyguların performans üzerindeki olumsuz etkilerini azaltabilme şansı vermektedir (Lane vd. 2016). Ayrıca, duygu düzenleme becerileri yüksek olan sporcular, rekabet sırasında daha sakin ve odaklı kalabilir, bu da sportmenlik davranışlarını sergilemelerini kolaylaştırabilir (Jones, Lane, Bray, Uphill, & Catlin, 2005).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Genel olarak bu araştırma, spor bilimleri öğrencilerinin sportmenlik davranışları ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyerek, bu alanda yapılacak gelecek çalışmalara ışık tutmayı amaçlamıştır. Ayrıca, bu çalışmanın bulguları, spor bilimleri eğitimi sırasında duygu düzenleme becerilerini geliştirmeye yönelik programların tasarlanmasına ve uygulanmasına katkı sağlayabilir. Bu sayede, spor bilimleri öğrencilerinin sadece fiziksel becerilerini değil, aynı zamanda psikolojik ve sosyal becerilerini de geliştirmeleri mümkün olabilir.

Spor bilimleri öğrencilerinin sportmenlik davranışı ile duygu düzenleme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanan araştırma sonucunda korelasyon analizi bulguları incelendiğinde değişkenler arasındaki

ilişkiler göz önüne alınarak bilişsel yeniden düzenleme ve pozitif davranışlar sergileme arasındaki pozitif yönde zayıf ilişki ortaya konulmuştur. Elde edilen diğer sonuçlara da bakıldığında;

- Cinsiyete göre negatif davranışlardan kaçınma boyutlarında kadınlar lehine anlamlı bir farklılık vardır.
- Sınıf değişkenine göre bilişsel yeniden düzenleme boyutunda 3. sınıftaki katılımcılar lehine anlamlı bir farklılık vardır.
- Sportmenlik davranışlarında okul takımında ve kulüp takımında oynama değişkenine göre anlamlı bir farklılık yoktur.
- Bilişsel yeniden düzenleme alt boyutlarında üniversite takımında oynayan katılımcılar lehine, bastırma boyutunda ise üniversite takımında oynamayan katılımcılar lehine anlamlı bir farklılık vardır.

Araştırma sonuçlarına dayalı olarak aşağıda yer alan önerilerde bulunulabilir:

- Bu çalışmada veriler spor bilimleri öğrencilerinden toplanmıştır. Ortaokul öğrencileri, lise öğrencileri veya farklı spor branşlarındaki amatör veya profesyonel sporcularla da farklı çalışmalar yapılması tavsiye edilmektedir. Bu sayede çeşitli örneklem grupları ile bu konu üzerine çalışılıp farklı gruplardan elde edilen sonuçlar karşılaştırılabilir.
- Bu araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Daha derin sonuçlara ulaşabilmek amacıyla nitel araştırma yöntemleri de kullanılarak karma desen araştırmalar yürütülebilir.

KAYNAKLAR

- Ayyed, A. N. A. (2023). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin yaşam doyumu ile sportmenlik yönelim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*. İstanbul Gedik Üniversitesi, İstanbul.
- Bakırcı, F. (2023). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin sportmenlik davranışı ile özgüven düzeylerinin incelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*. Ardahan Üniversitesi, Ardahan.
- Bayrakdaroğlu, Y., Şenel, E. & Karakuş, K. (2022). Çok yönlü liderlik ile duyguların düzenleme arasındaki ilişki. *Spor Eğitim Dergisi*, 6(3), 228-239.
- Berking, M. & Whitley, B. (2018). Duygulanım düzenleme eğitimi (Çev. S. Vatan). *Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık*.
- Boztepe, Ö. (2024). Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ve şiddet eğilimi sıklığı ile mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek lisans tezi*. Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay.
- Buyrukoğlu, E., Özdemir, M., Kayantaş, İ., & Çetinkaya, E. (2022). Beden eğitimi ve spor dersinde ortaokul öğrencilerinin sergiledikleri sportmenlik davranışlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(Özel Sayı 1), 674-686.
- Campo, M., Champely, S., Louvet, B., Rosnet, E., Ferrand, C., Pauketat, J. V., & Mackie, D. M. (2019). Group-based emotions: Evidence for emotion-performance relationships in team sports. *Research quarterly for exercise and sport*, 90(1), 54-63.
- Çakır, B. (2022). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı, akran zorbalığı ve sportmenlik davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi: Ağrı ili örneği. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*. İbrahim Çeçen Üniversitesi, Ağrı.
- Çakmak, Ş. (2023). Sporda ahlaktan uzaklaşma ve sportmenlik davranışının takım ve bireysel sporlardaki karşılaştırılması. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*. Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Dede, A. G., & Eker, E. (2019). Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmaları ile bilişsel duyguların düzenleme becerileri ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Social Sciences Studies Journal*, 5(42), 4546-4556.
- Efek, E., & Yiğiter, K. (2022). Spor, stres ve sportmenlik. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(1), 109-130.
- Efek, E., & Türegün, E. (2022). Examen de la relación entre los niveles de deportividad y perfeccionismo de los estudiantes de secundaria. *Apuntes Universitarios*, 12(4), 220-238.
- Ekinci, H., & Koç, Y. (2020). Ortaokul öğrencilerinde sportmenlik davranışlarının yordayıcısı olarak başarı algısı. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 154-165.

- Eldeleklioğlu, J., & Eroğlu, Y. (2015). A Turkish adaptation of the emotion regulation questionnaire. *Journal of Human Sciences*, 12(1), 1157-1168.
- Garnefski N, Kraaij V (2007): The cognitive emotion regulation questionnaire psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3):141-149.
- Gross, J. J. (1998) Antecedent-and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224-237.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Güler, B. (2022). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi. *Sportive*, 5(1), 1-9.
- Günesen, İ. (2022). Elit düzey boksörlerin müsabaka öncesi kaygı durumları ile sportmenlik yönelim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*. Bartın Üniversitesi, Bartın.
- Güray, R. (2023). Ortaokul öğrencilerinin sportmenlik davranışları ile sosyal-duygusal ve ahlaki gelişim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Jones, M. V., Lane, A. M., Bray, S. R., Uphill, M., & Catlin, J. (2005). Development and validation of the sport emotion questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27(4), 407-431. <https://doi.org/10.1123/jsep.27.4.407>
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi (24.baskı)*. Ankara: Nobel.
- Kavussanu, M. (2008). Moral behaviour in sport: A critical review of the literature. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(2), 124-138.
- Kaya, M. (2024). Beden eğitimi ve spor derslerinin türk ve göçmen çocuklarda fiziksel uygunluk ve sportmenlik düzeylerine etkisinin incelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Koç, Y. (2013). Beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ölçeği (BEDSDÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1). 96-114.
- Koç, Y. (2017a). Relationships between the physical education course sportsmanship behaviors with tendency to violence and empathetic ability. *Journal of Education and Learning*, 6(3), 169-180.

- Koç, Y. (2017b). A study on the relationship between high school students' physical education course sportsmanship behaviors and their patience levels. *Recent developments in education*, 191-200.
- Koç, Y., & Güllü, M. (2017). Lise öğrencilerinin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(1), 19-30.
- Koç, Y., & Karabudak, A. A. T. (2017). The relationship between sportsmanship level of secondary school students and their success regarding the religious culture and knowledge of ethics course. *Educational Research and Reviews*, 12(16), 754-761.
- Koç, Y., & Seçer, E. (2018). Spor bilimleri alanında eğitim gören üniversite öğrencilerinin sportmenlik davranışları ile saygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 247-259.
- Koç, Y., & Yeniçeri, S. (2017). An investigation of the relationship between sportsmanship behavior of students in physical education course and their respect level. *Journal of Education and Training Studies*, 5(8), 114-122.
- Konyalıoğlu, A. P. (2022). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne baba tutumları ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkide otomatik düşüncelerin aracılık rolü. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Kent Üniversitesi, İstanbul.*
- Lane, A. M., Devonport, T. J., Friesen, A. P., Beedie, C. J., Fullerton, C. L., & Stanley, D. M. (2016). The effects of emotion regulation strategies on competitive anxiety and sport performance. *Journal of Sports Science & Medicine*, 15(1), 154-163.
- Öner, Ç., & Aşçı, H. (2020). Sporcularda bağlanma stillerinin duyguları düzenleme becerileri ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerini belirlemedeki rolünün incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 202-219.
- Özsaydı, Ş. (2020). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sosyal zekâları ile sportmenlik davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Pehlivan, Z. (2004). Fair play kavramının geliştirilmesinde okul sporunun yeri ve önemi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 49-53.
- Sabirli, L. (2024). Spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin olumsuz değerlendirilme korkusu ve empatik eğilim düzeylerinin sportmenlik yönelimi üzerindeki etkisi. *Yayımlanmamış doktora tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.*
- Shields, D. L., & Bredemeier, B. J. (1995). *Character development and physical activity*. Human Kinetics.
- Shields, D. L., & Bredemeier, B. L. (2007). Advances in sport morality research. *Handbook of sport psychology*, 662-684.

- Şahin, S. (2022). Taekwondo sporcularında kronotip, duygu düzenleme becerileri ve zihinsel dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*. Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2013). *Using multivariate statistics* (Vol. 6, pp. 497-516). Boston, MA: Pearson.
- Tamminen, K. A., & Crocker, P. R. (2013). "I control my own emotions for the sake of the team": Emotional self-regulation and interpersonal emotion regulation among female high-performance curlers. *Psychology of sport and exercise, 14*(5), 737-747.
- Tel, M. (2014). Türk toplum yaşantısında fair play. *International Journal of Science Culture and Sport, 1*, 694-704.
- Thompson, R.A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of a definition. In N. A. Fox (Ed.), *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(2-3). 25-52.
- Tingaz, E. O. & Ekiz, M. A. (2021). Duygu düzenleme ölçeğinin sporcular için uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 26*(2), 301-313.
- Uysal, E. (2022). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin kişilik özellikleri ve sportmenlik anlayışlarının bazı parametrelere göre incelenmesi. *Yüksek lisans tezi*. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.
- Yazıcı, Ö. F. (2022). Sporcuda duygu düzenleme olan bastırma ve bilişsel yeniden değerlendirilmenin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Spor Bilimlerine Kuramsal Bakış*. Ankara: Gazi Kitabevi, (s.121-138).

