



T.C.

ALANYA ALAADDİN KEYKUBAT ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANA BİLİM DALI

**ATLETİZM BRANŞINDA 10-14 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN ÇOKLU BRANŞ
PERFORMANSLARI İLE AKADEMİK BAŞARILARI ARASINDAKİ
İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Bülent TAŞDEMİR

**Danışman
Doç. Dr. Işık BAYRAKTAR**

**ALANYA
2024**

T.C.
ALANYA ALAADDİN KEYKUBAT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**ATLETİZM BRANŞINDA 10-14 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN ÇOKLU BRANŞ
PERFORMANSLARI İLE AKADEMİK BAŞARILARI ARASINDAKİ
İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Bülent TAŞDEMİR
Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı
Antrenörlük Eğitimi Yüksek Lisans Programı

Danışman
Doç. Dr. Işık BAYRAKTAR

ALANYA
2024

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Bülent TAŞDEMİR'in "ATLETİZM BRANŞINDA 10-14 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN ÇOKLU BRANŞ PERFORMANSLARI İLE AKADEMİK BAŞARILARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ" başlıklı tezi .././2023 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından değerlendirilerek "Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalında Yüksek Lisans tezi olarak oy birliği/oy çokluğu ile kabul edilmiştir.

Unvanı-Adı Soyadı	İmza
Üye (Tez Danışmanı) : Doç. Dr. Işık BAYRAKTAR	
Üye : Doç. Dr. Akan BAYRAKDAR	
Üye : Dr. Öğr. Üyesi Pelin AVCI	

Doç. Dr. Derman VATANSEVER VAROL

Enstitü Müdürü

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilemeyen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; bu çalışmanın Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi tarafından kullanılan “bilimsel intihal tespit programıyla tarandığını ve “intihal içermediğini” beyan ederim. Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara razı olduğumu bildiririm.

Bülent TAŞDEMİR

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim ve antrenörlük kariyerim boyunca kıymetli bilgi ve deneyimleri ile bana katkı sağlayan ve her zaman rehberlik eden tez çalışmamın belirlenmesinden yazım sürecinden bitimine kadar her aşamada desteğini esirgemeyen saygıdeğer danışman hocam Doç. Dr. Işık BAYRAKTAR'a, çalışma süresince yüksek lisans eğitimimde emeği geçen Spor Bilimleri Fakültesi'ndeki hocalarıma, tüm sorularıma sabırla cevap vermelerinden dolayı, yüksek lisans eğitim sürecinde bana kattıkları bilgi ve değerler için, sonsuz teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Yüksek lisans tez süresi boyunca saat dilimi fark etmeksizin destek olan Doktorant Duran AKBAŞ'a teşekkürü borç bilirim.

ÖZET

ATLETİZM BRANŞINDA 10-14 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN ÇOKLU BRANŞ PERFORMANSLARI İLE AKADEMİK BAŞARILARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

Bülent TAŞDEMİR

Antrenörlük Eğitimi Ana Bilim Dalı

Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Ocak, 2024 (59 sayfa)

Bu çalışmanın amacı, Sporcu Eğitim Merkezleri atletizm seçme müsabakalarına katılan sporcuların üçlü yarışma sonucundaki toplam ISF (International School Federation) puanları ile akademik başarıları arasındaki ilişkilerin incelenmesidir.

Çalışmaya 260 erkek ve 276 kız olmak üzere 536 sporcu katılmıştır. Erkeklerin yaş ortancası 12,3 yıl ve kızların yaş ortancası ise 12,0 yıldır. Normal dağılım göstermeyen verilerin korelasyon analizi için Spearman korelasyon analizi kullanılmıştır. Analizlere göre erkek sporcuların Koşu ISF puanıyla Sosyal Bilgiler (SB); Atma ISF puanıyla Beden Eğitimi ve Spor dersi arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişkiler tespit edilmiştir. Kızlarda ise Koşu ISF puanıyla Görsel Sanatlar (GS) ve Teknoloji Tasarım (TT) dersi arasında; Atma ISF ile TT dersi arasında; Atlama ISF ile TT dersi arasında pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur. Toplam ISF puanıyla Matematik dersi arasında negatif yönde düşük düzeyde düşük ilişki, GS ile pozitif yönde zayıf düzeyde ilişki ve TT dersi arasında pozitif yönde zayıf düzeyde ilişkiler tespit edilmiştir. Yaşlara göre incelendiğinde 10, 11 ve 14 yaş erkeklerde Fen Bilimleri, Yabancı Dil (YD), SB dersleri ile Koşu, Atlama ve Toplam ISF puanları arasında negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. 10 ve 11 yaş kadınlarda Fen Bilimleri, YD ve Matematik dersleri ile tüm ISF puanları arasında negatif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca 12 ve 13 yaş kadınlarda Türkçe, SB, Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi, TT dersleri ile tüm ISF puanları arasında pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir.

Sonuç olarak çalışmaya katılan sporcuların bulguları yaşa ve cinsiyete göre incelendiğinde bazı derslerin ISF puanlarıyla pozitif yönde bazı derslerin ise negatif yönde ilişkisi olduğu söylenebilir.

Anahtar Sözcükler: Atlet, Sporcu Eğitim Merkezi, ISF, Akademik Başarı

ABSTRACT

THE RELATIONSHIPS BETWEEN MULTI-DICIPLINE PERFORMANCES AND ACADEMIC PERFORMANCES OF 10-14 YEARS OLD CHILDREN IN ATHLETICS

Bülent TAŞDEMİR

Department of Coaching Education

Graduate School of Alanya Alaaddin Keykubat University,

January, 2024 (59 pages)

The aim of this study is to determine the correlation between total ISF (Inetrnational School Federation) scores obtained by participating in triple competition and academic achievements of the athletes who participated in athletics selection competitions of Athletes Education Centers.

In this study, there are 536 athletes, 260 boys and 276 girls, participated. The mean age of boys is 12.3 years, and the mean age of girls is 12.0 years. Spearman correlation analysis was used for the correlation analysis of the data not showing normal distribution. The analyses show that there were positive insignificant correlations between male athletes' Running ISF scores and Social Studies Lessons also between Throwing ISF score and Physical Education and Sports Lessons. In female athletes, positive correlations were found between Running ISF score and Visual Arts and Technology Design (TD) Lessons; between Throwing ISF score and TD Lessons; and between Jumping ISF score and TD Lessons. In addition, there was a negatively insignificant low correlation between the Total ISF score and the Maths, a positive and low correlation between Total ISF and the Visual Arts, and a weak positive correlation between Total ISF and the Technology and Design. In 10-, 11- and 14-year-old males a negative correlation was determined between Science, Foreign Languages and Social Studies and Running, Jumping and Total ISF. In 10 and 11 females a negative correlation was found between Science, Foreign Languages and Maths and all ISFs. Also, in 12- and 13-year-old females, a positive correlation was found between Turkish, SS, Religion Culture and Ethics, TD and all ISF scores.

As a result, it can be said that ISF scores of athletes differ according to age and gender of the athletes.

Keywords: Athletics, ISF, Sports Education Center, Academic performance

İÇİNDEKİLER

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI.....	i
ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLolar LİSTESİ	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	x
KISALTMALAR.....	xi
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Amaç ve Kapsam.....	1
1.2. Araştırmanın Hipotezleri	3
2. LİTERATÜR	7
2.1. Atletizm	7
2.1.1. Pist Yarışmaları	8
2.1.2. Alan Yarışmaları	8
2.1.3. Çoklu Yarışmalar	8
2.1.4. Bayrak yarışları	9
2.1.5. Koşular	9
2.1.5.1. Kısa Mesafe Koşuları	9
2.1.5.2 100 Metre	10
2.1.5.3. 200 Metre	10
2.1.5.4. 400 Metre	11
2.1.5.5. Orta Mesafe Koşuları	11
2.1.5.6. 800 Metre	11
2.1.5.7. 1500 Metre	12
2.1.5.8. Uzun Mesafe Koşuları.....	12
2.1.5.9. 5000 Metre	12
2.1.5.10. 10000 Metre	12
2.1.6. Atmalar.....	13
2.1.6.1. Gülle Atma	13
2.1.6.2. Disk Atma	13
2.1.6.3. Çekiç Atma.....	14
2.1.6.4. Cirit Atma.....	14
2.1.7. Atlamalar	15

2.1.7.1. Uzun Atlama	15
2.1.7.2. Üç Adım Atlama	15
2.1.7.3. Yüksek Atlama	16
2.1.7.4. Sırkla Atlama	17
2.1.8. Engelli Koşular.....	17
2.1.9. Dekatlon	18
2.1.10. Heptatlon	19
2.2. Millî Eğitim Bakanlığı Ortaokul Ders Grupları	19
2.3. Sporda Yetenek Seçimi	22
2.4. Uzun Dönem Sporcu Gelişimi (LTAD)	23
2.5. Sporcu Eğitim Merkezleri Tarihi ve Yönetmeliği.....	28
2.6. Sporcu Eğitim Merkezleri Alım Statüsü	30
2.7. Sporda Çift Kariyerin Önemi	31
2.8. Spor ve Akademik Başarı	32
3. YÖNTEM	35
3.1. Araştırma Modeli.....	35
3.2. Araştırma Grubu	35
3.3. Veri Toplama Araçları.....	35
3.4. Verilerin Toplanması.....	35
3.5. Verilerin Analizi.....	36
3.6. Korelasyon katsayısı değerleri	37
3.7. Etik ile ilgili hususlar	37
4. BULGULAR.....	38
5. TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER.....	46
KAYNAKLAR.....	52
EKLER	56
EK-1 Sosyal ve Beşeri Bilimler Alanı Betimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu kararı.....	56
EK-2 İntihal Raporu	58
ÖZGEÇMİŞ.....	59

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 2.1. 2012-2011 Doğumlu kız-erkek branşları.....	30
Tablo 2.2. 2010-2009-2008 doğumlu kızlar branşları.....	30
Tablo 2.3. 2010-2009-2008 doğumlu erkekler branşları.....	31
Tablo 3.1. Sporcuların KoşuISF, AtmaISF, AtlamaISF, ToplamISF ve dönem sonu notları normallik testi tablosu.....	37
Tablo 4.1. Çalışmaya katılan sporcuların yaş ve sınıf ortalamaları	39
Tablo 4.2. Çalışmaya katılan sporcuların yaş aralıklarına göre sayıları ve yaş ortalamaları.....	39
Tablo 4.3 Erkek sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF Puanıyla Ders Notları Arası İlişki Tablosu.....	40
Tablo 4.4. Kadın sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu.....	40
Tablo 4.5 10 Yaşındaki Erkek Sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF Puanıyla Ders Notları Arası İlişki Tablosu	40
Tablo 4.6. 10 Yaşındaki Kadın Sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF Puanıyla Ders Notları Arası İlişki Tablosu.....	42
Tablo 4.7 11 Yaşındaki Erkek Sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF Puanıyla Ders Notları Arası İlişki Tablosu.....	42
Tablo 4.8 11 Yaşındaki Kadın Sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF Puanıyla Ders Notları Arası İlişki Tablosu	43
Tablo 4.9 12 Yaşındaki Erkek Sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF Puanıyla Ders Notları Arası İlişki Tablosu.....	43
Tablo 4.10 12 Yaşındaki Kadın Sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF Puanıyla Ders Notları Arası İlişki Tablosu.....	43
Tablo 4.11 13 Yaşındaki Erkek Sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF Puanıyla Ders Notları Arası İlişki Tablosu.....	44
Tablo 4.12 13 Yaşındaki Kadın Sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF Puanıyla Ders Notları Arası İlişki Tablosu.....	44

Tablo 4.13 14 Yaşındaki Erkek Sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF Puanıyla Ders Notları Arası İlişki Tablosu.....	45
Tablo 4.14. 14 Yaşındaki Kadın Sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF Puanıyla Ders Notları Arası İlişki Tablosu	45
Tablo 4.15. Sporcuların dönem sonu karne notlarıyla KoşuISF, AtmaISF, AtlamaISF, KoşuISF puanları ilişki tablosu.....	46



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1 Atletizm Branşının Sınıflandırılması.....	9
Şekil 2.2. MEB Ders Çizelgesi.....	21



KISALTMALAR

ALKÜ	Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi
SEM	Sporcu Eğitim Merkezleri
ISF	International School Federation
M	Metre
KG	Kilogram
G	Gram
WA	World Athletics
IAAF	Uluslararası Atletizm Federasyonları Birliği
TAF	Türkiye Atletizm Federasyonu
TMOK	Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
GEM	Güreş Eğitim Merkezleri
SH	Standart Hata
FB	Fen Bilimleri
SB	Sosyal Bilgiler
YD	Yabancı Dil
DKAB	Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi
GS	Görsel Sanatlar
BES	Beden Eğitimi ve Spor
TT	Teknoloji ve Tasarım
KS	Kolmogorov-Smirnov
GPA	Grade Point Average
K	Kız
E	Erkek

1. GİRİŞ

1.1. Amaç ve Kapsam

Teknolojideki gelişmeler, tesisleşme, malzeme çeşitliliği, spora katılımın artması gibi etkenlerle gelişen spor sektörü günümüzde de popülerliğini korumaktadır. Spora yönelimde niceliksel artışla birlikte elit sporcuların yaşlarında düşme gözlemlenmektedir (Eggleston, Hawkins ve Fife, 2020). Pandemi nedeniyle ertelenen 2020 Tokyo Olimpiyat Oyunlarına Türkiye'yi temsilen katılan 108 sporcumuz katılmıştır. Olimpik kadrodaki sekiz kadın sporcunun 18 yaş altında ve lise öğrencisidir. 2020 Tokyo Olimpiyat Oyunları genelinde duruma bakıldığında, katılma hakkı kazanan en genç sporcunun 12 yaşında ve madalya kazanan iki sporcunun ise 13 yaşında olması durumu destekler niteliktedir (International Olympic Committee, 2020). Özellikle elit düzeyde yarışmalara katılan sporcuların yaşlarının düşmesi, akademik kariyerlerinde ilerlemek için ayırmaları gereken zamanı spordaki performanslarını arttırmak için kullanmalarına neden olmaktadır. Spor kariyerlerinin odak noktası haline getirmeleri tek yönlü kariyer problemine yol açmaktadır. Spor yaralanmasına maruz kalmak gibi oluşabilecek herhangi bir istenmeyen nedenden dolayı sporu bırakma durumunda kalan sporcuların ise hayata atılmaları ve toplumda yer edinmeleri daha zor olmaktadır (Koçak, Yaşar Sönmez ve Doğusan, 2023).

Sistematik olarak üst düzey sporcu yetiştiren farklı ülkelerdeki sistemler incelendiğinde, çift kariyerli elit sporcuların yetiştirilmesine odaklanılmadığı, sporcular için performansın öncelikli olduğu tespit edilmiştir (Eggleston ve diğerleri, 2020). Türkiye'de sistematik olarak sporcu yetiştiren devlet destekli ilk yapı, 1970 yılında kurulan Güreş Eğitim Merkezleri'dir (GEM). Bu merkezlerin kuruluş amacı, sporcuların eğitimlerini aksatmadan spor performanslarını geliştirmeleridir. GEM'ler kurulduktan sonra süreç içerisinde güreş branşında elde edilen başarılarla, 2010 yılında statü ve yönetmelik değişikliği yapılarak Sporcu Eğitim Merkezleri adını almış ve bugün 16 branşta faaliyetlerine devam etmektedir (İmamoğlu ve diğerleri, 2017).

Yönetmelik değişikliği sonrasında, 2021 yılından sonra merkezlere sporcu alımları ilgili federasyonların belirlediği kriterlere göre yapılmıştır. Türkiye Atletizm Federasyonu'nun baz aldığı ilk kriter, Uzun Dönem Sporcu Gelişimi (LTAD: Long Term Athlete Development) modelinde yer alan "Antrenman için antrenman ve Yarışmak için antrenman" döneminde olan ortaokul öğrencilerini kapsamaktadır.

Yapılan seçme müsabakalarında çoklu branş temeli esas alınmış, sporcular bir atma, bir atlama ve bir koşu branşında yarışmıştır. Yarışmalarda sporcuların sıralamalarını belirlemek için ISF (International School Federation) puan sistemi kullanılmıştır. Yapılan değişiklikler sonrasında, atletizm branşında güncel (2023 itibariyle) 32 ilde toplam 868 sporcu eğitim desteği almaktadır (TAF, 2022).

SEM'ler gibi sporcu yetiştiren sistemler sporcunun erken yaşta spora başlaması ve ilerleyen aşamalarda hem spor performansını geliştirmesi hem de akademik eğitimini başarıyla tamamlamasını ister. Elit sporcu potansiyeli olan bir bireyin karşısında akademik eğitim ve performans sporu sanki iki farklı seçenekmiş gibi sunulmaktadır. Bu dilemmayı araştıran birçok çalışma yapılmıştır. Bu kapsamda literatür incelendiğinde, Zhang ve diğerleri (2023) tarafından akademik başarı ile spor performansı arasında ilişkinin incelendiği 10-14 yaş grubu 27.954 öğrenciden oluşan çalışma en fazla katılımcı sayısına sahiptir. Bir başka çalışma ise Japonya'nın Saporro şehri ve çevre şehirlerde yedinci sınıfta okuyan 227 kız ve 236 erkek toplam 463 öğrenci ile yapılmıştır (Ishihara ve diğerleri, 2020). İrlanda'da 2008-2011 yılları arasında yapılan bir çalışmada, ortaokuldan mezun olan 402 erkek çocuğun okul bitirme notları ve spora katılımları arasındaki ilişkiler incelenmiştir (Bradley ve diğerleri, 2013). Saygılı ve diğerleri (2015) spor yapan ve yapmayan öğrencilerin akademik başarılarını incelemiştir. Filiz ve Demirhan'ın (2018) yaptığı çalışmada ise Türkiye Voleybol Federasyonu Spor Lisesi'nde öğrenim gören 14-17 yaş aralığında, 86 kız ve 81 erkek sporcu öğrenci üzerinde sporun akademik başarıya katkıları incelenmiştir. Yapılan literatür incelemesinde bir çalışma hariç bölgesel ve sınırlı sayıdaki sporcuların akademik başarıları ile spor performansları karşılaştırılmıştır.

Mevcut çalışma kapsamında sistematik sporcu gelişim programı olan atletizm branşındaki Sporcu Eğitim Merkezi seçmelerine katılan sporcuların, akademik başarıları ile spor performansları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya 276 kız, 260 erkek olmak üzere toplam 536 sporcu dahil edilmiştir. Literatürdeki bölgesel çalışmaların aksine yurt çapında yedi bölge ve 22 ili kapsayan bu araştırmada atletizm branşında 10-14 yaş gurubu sporcuların yılsonu karne ders notları, dönem sonu ortalamaları ile çoklu branş performanslarında elde ettikleri Toplam ISF (International School Federation), Atma ISF, Atlama ISF ve Koşu ISF puanları arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Araştırmanın literatür bölümünde, atletizmin tarihi ve branşların genel yapısı, milli eğitim ortaokul ders müfredatı, Sporcu Eğitim Merkezlerinin işleyişi, Sporcu Eğitim Merkezlerine atletizm branşında sporcu seçmelerinin statüsü, sporda yetenek seçimi modelleri, Uzun Dönem Sporcu Gelişimi (LTAD) sistemi ve sporcularda çift kariyer sorunsallığı ilgili başlıklar altında incelenmiştir.

1.2. Araştırmanın Hipotezleri

H1: (H1a) Araştırmaya katılan sporcuların Toplam ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H1: (H1b) Araştırmaya katılan sporcuların Toplam ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H2: (H2a) Araştırmaya katılan sporcuların Toplam ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H2: (H2b) Araştırmaya katılan sporcuların Toplam ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H3: (H3a) Araştırmaya katılan sporcuların Atma ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H3: (H3b) Araştırmaya katılan sporcuların Atma ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H4: (H4a) Araştırmaya katılan sporcuların Atma ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H4: (H4b) Araştırmaya katılan sporcuların Atma ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H5: (H5a) Araştırmaya katılan sporcuların Koşu ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H5: (H5b) Araştırmaya katılan sporcuların Koşu ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H6: (H6a) Araştırmaya katılan sporcuların Koşu ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H6: (H6b) Araştırmaya katılan sporcuların Koşu ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H7: (H7a) Araştırmaya katılan sporcuların Atlama ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H7: (H7b) Araştırmaya katılan sporcuların Atlama ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H8: (H8a) Araştırmaya katılan sporcuların Atlama ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H8: (H8b) Araştırmaya katılan sporcuların Atlama ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H9: (H9a) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Atma ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H9: (H9b) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Atma ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H10: (H10a) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Atma ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H10: (H10b) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Atma ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H11: (H11a) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Atlama ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H11: (H11b) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Atlama ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H12: (H12a) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Atlama ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H12: (H12b) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Atlama ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H13: (H13a) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Koşu ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H13: (H13b) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Koşu ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H14: (H14a) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Koşu ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H14: (H14b) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Koşu ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H15: (H15a) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Koşu ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H15: (H15b) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Koşu ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H16: (H16a) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Koşu ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H16: (H16b) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Koşu ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H17: (H17a) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Atlama ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H17: (H17b) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Atlama ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H18: (H18a) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Atlama ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H18: (H18b) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Atlama ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H19: (H19a) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Koşu ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H19: (H19b) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Koşu ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H20: (H20a) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Koşu ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H20: (H20b) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Koşu ISF puanları ile sayısal dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H21: (H21a) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Toplam ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H21: (H21b) Araştırmaya katılan kadın sporcuların Toplam ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.

H22: (H22a) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Toplam ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H22: (H22b) Araştırmaya katılan erkek sporcuların Toplam ISF puanları ile sözel dersleri arasında anlamlı ilişki yoktur.



2. LİTERATÜR

2.1. Atletizm

Atletizm, antik Yunanistan'a kadar uzanan bir spor dalıdır ve modern olimpiyatların temel taşlarından biridir. Savaş, mücadele anlamı taşıyan Athlos sözcüğünden türetilmiş olan atletizmin, 5000 yıllık bir tarihi bulunmaktadır. Bireysel veya takım halinde gerçekleştirilen fiziksel aktivitelerden oluşan atletizm yarışmaları, koşu, engelli koşuları, uzun atlama, yüksek atlama, üç adım atlama, gülle atma, disk atma, cirit atma, çeşitli disiplinleri içerir. Çok yönlü gelişim isteyen atletizm branşları, koşular, atlamalar ve atmalardan oluşmaktadır. Atletizm branşları üç ana gruba ayrılan, kurallar çerçevesinde pist ve alanda yapılan, fiziksel üstünlüğün ön planda olduğu, sporcunun hız, dayanıklılık, güç, esneklik, koordinasyon ve teknik becerilerinin en iyi olmasını gerektiren bir spor dalıdır (Morpa, 2005).

Atletizm dallarında koşular, belirli bir mesafeyi zamana karşı tamamlanması nedeniyle tarihi boyunca popüler olmayı başarmıştır (Suna ve Işıldak, 2020). Atlama dallarında ise en popüler branş uzun atlama olarak karşımıza çıkarken, atma dallarında cirit atma yine diğer atma dallarına göre popüler branş olmayı başarmıştır. Atletizmde kazanılan kondisyon ile diğer spor dallarında da başarılı olunması nedeniyle ana spor olarak adlandırılmaktadır (Morpa, 2005).

Atletizm, bireysel yeteneklerin yanı sıra disiplin, çalışma disiplini ve sporcunun fiziksel ve zihinsel kapasitesini en üst düzeyde geliştirmeyi gerektirir. Antrenmanlar, sporcuların hızlarını, dayanıklılıklarını, kuvvetlerini ve teknik becerilerini geliştirmelerine yardımcı olur. Performanslar, zaman, mesafe veya yükseklik gibi ölçü birimleri kullanılarak değerlendirilir ve sporcunun bireysel veya takım olarak en iyi sonuçları elde etmesi hedeflenir (Yapıcı ve Ersoy, 2015)

Atletizm branşı hem amatörler hem de profesyoneller arasında yaygın olarak icra edilen bir spor dalıdır. Ulusal ve uluslararası düzeyde düzenlenen yarışmalar, şampiyonalar ve olimpiyatlar aracılığıyla hem sahada hem de tribünde insanları bir araya getirmesi nedeniyle büyük bir öneme sahiptir. Aynı zamanda, halk sağlığı ve sağlıklı yaşam için fiziksel aktivite ve egzersiz önerilerinin bir parçası olarak da atletizm disiplinleri kullanılabilir (Morpa, 2005).

Atletizm, sporcunun fiziksel ve zihinsel becerilerini geliştirmesinin yanı sıra, karakter, özgüven, dayanıklılık ve takım çalışması gibi kişisel özellikleri de

şekillendirebilir. Genel olarak, atletizm, farklı branşlarıyla birlikte sporcuların performanslarını en üst düzeye çıkarmalarına ve potansiyellerini keşfetmelerine yardımcı olan, çok yönlü bir spor dalıdır (Yılmaz, 2023).

Atletizm yarışmaları üç ana kategoriden oluşmaktadır. Bunlar pist yarışmaları, alan yarışmaları ve çoklu branş yarışmalarıdır. Atletizm ile ilgili genel bir bilgi verildikten sonra pist yarışmaları incelenebilir.

2.1.1. Pist Yarışmaları

Pist yarışmaları belli kurallar çerçevesinde önceden belirlenmiş mesafelerin koşulduğu yarışmalardır. Sporcular yarışma mesafelerini en kısa sürede bitirmeye çalışırlar. Pist yarışmalarında sporcuların dereceleri el kronometresi, elektronik kronometre ve fotofiniş kamerası ile tespit edilir. Olimpik pist yarışmalarında 100 metre, 200 metre, 400 metre, 800 metre, 1500 metre, 3000 metre, 5000 metre, 10000 metre, 100 metre engel, 110 metre engel, 400 metre engel, 3000 metre engel branşları yer almaktadır (TMOK, 2023). Pist yarışmalarından sonra alan yarışmaları incelenebilir.

2.1.2. Alan Yarışmaları

Alan yarışmaları belli kurallar çerçevesinde sınırlandırılmış alanların içerisinde yapılan yarışmalardır. Sporcular bu alanlarda atma ve atlama branşlarında yarışır. Alan yarışmalarında sporcuların dereceleri manuel metre ve elektronik metre ile ölçülerek tespit edilir. Olimpik alan yarışmalarında uzun atlama, 3 adım atlama, yüksek atlama, sırıkla yüksek atlama, gülle atma, çekiç atma, disk atma, cirit atma branşları yer almaktadır (TMOK, 2023). Atletizm alan yarışmalarından sonra çoklu yarışmalar incelenebilir.

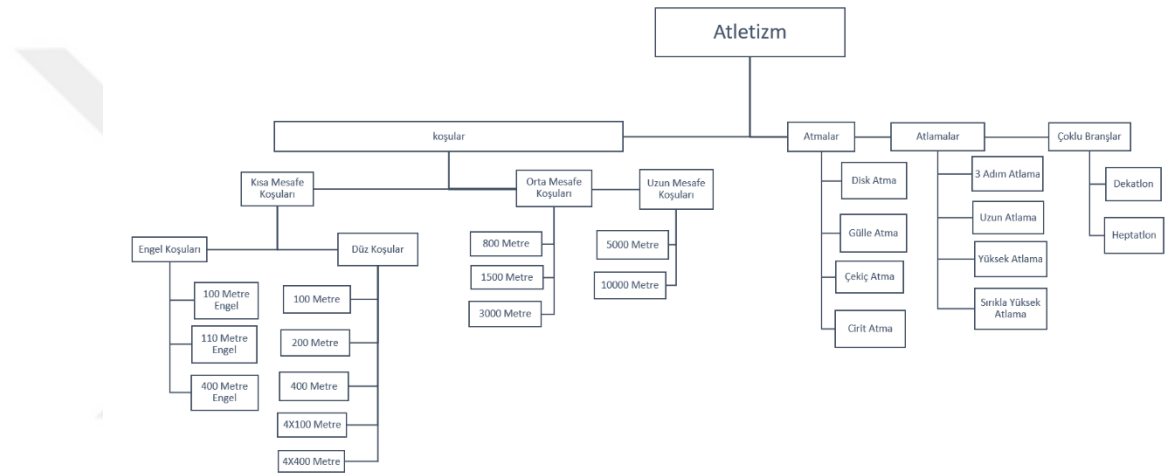
2.1.3. Çoklu Yarışmalar

Sporcuların hem pist hem de alan yarışmalarında yarıştığı ve her bir branşta elde ettikleri puanlara göre sıralamalarının belirlendiği yarışmalardır. Erkek sporcuların katıldığı yarışma Dekatlon, kadın sporcuların katıldığı yarışma Heptatlon olarak adlandırılır. Erkekler 10 branşta, kadınlar 7 branşta yarışır. Dekatlon branşı 100 metre, 400 metre, 1500 metre, 110 metre engel, uzun atlama, yüksek atlama, sırıkla yüksek atlama, gülle atma, disk atma, cirit atmadan oluşmaktadır. Heptatlon yarışmaları

200 metre, 800 metre, 100 metre engel, uzun atlama, yüksek atlama, gülle atma, cirit atma branşlarından oluşmaktadır (TMOK, 2023).

2.1.4. Bayrak yarışları

Resmi kayıtlarda ilk yapılan bayrak yarışmaları 1880 yılında Amerika’da New York itfaiye teşkilatı tarafından yapılmıştır. Bayrak yarışmaları Olimpiyat oyunlarına ilk kez 1908 yılında dahil edilmiştir. Erkekler 1912 yılında 4x100 metre ve 4x400 metre yarışlarında yarışmış, kadınlar ise 4x100 metre yarışına 1928 yılında, 4x400 metre yarışına ise 1972 yılında dahil edilmiştir (Sostavitel, 2016).



Şekil 2.1 Atletizm branşının sınıflandırılması

Kaynak: (Demir, 1997; Sostavitel, 2016).

2.1.5. Koşular

Önceden belirlenmiş mesafelerde, elektronik ve manuel kronometre ile ölçümü yapılan en fazla ilginin olduğu daldır (Morpa, 2005). Koşular kendi içinde kısa mesafe koşuları, orta mesafe koşuları, uzun mesafe koşuları olarak üç gruba ayrılmaktadır.

2.1.5.1. Kısa Mesafe Koşuları

Pist yarışmaları içerisinde olan kısa mesafe koşuları, sprint olarak adlandırılmaktadır. Olimpik branş olarak kabul edilen kısa mesafe koşularının yarışmaları, takoz kullanılarak alçak çıkış yapılarak yapılmaktadır. Kısa mesafe koşularının sonucu saliselerle değişiklik göstermesi nedeniyle reaksiyon süreleri yarışma sonuçlarını doğrudan etkilemektedir (Morpa, 2005). Sporcuların yarışmaların

başlaması için kullanılan silah veya elektronik çıkış sesine geç tepki vermeleri, uzun reaksiyon süresine neden olmakta ve yarışma sonucunu değiştirebilmektedir (Tønnessen, Haugen ve Shalfawi, 2013). Sprint branşlarının tamamında yarışmalarda kulvar değişikliği yapılmaz ve atletler yarışmayı başladığı kulvarda tamamlar.

2.1.5.2 100 Metre

Olimpik branşlar içerisinde en fazla seyircisinin ve sporcusunun olduğu, sürat koşuları içerisinde en kısa mesafesi olan daldır. Atletizm pistinin virajsız bölümünde düz koşulan ve takoz kullanılan branştır. Her sporcu kendi kulvarında yarışmak zorundadır, kulvar ihlalleri diskalifiye nedenidir. Atletler derecelerine göre veya kura ile kulvarlara yerleştirilir. Saliseler ile sonucun belirlendiği bu branшта erkekler Dünya rekoru Usain Bolt tarafından 16 Ağustos 2009 tarihinde 9,58 saniye ile Berlin’de kırılmıştır. Kadınlar Dünya rekoru Amerika’lı Florence Griffith-Joyner tarafından 10,49 saniye ile 16 Temmuz 1988 yılında kırılmıştır (Matthews, 2012; Sostavitel, 2016). Takoz kullanılarak başlayan yarışmalarda atletler silah veya elektronik çıkış sesiyle yarışmalara başlarlar.

2.1.5.3. 200 Metre

Atletizm pistinin viraj bölümünde başlayan yarışmanın ilk 100 metresi virajlı son 100 metresinin düz koşulduğu takoz kullanılarak yarışmanın başladığı sürat koşusudur. Her sporcu kendi kulvarlarında yarışmak zorunda ve kulvar ihlalleri diskalifiye nedeni olarak sayılmaktadır. Virajlı koşularda, yarıçaptan kaynaklanan durum nedeniyle eşitlik sağlanması için 1. kulvarda yarışan sporcu ile 8. kulvarda yarışan sporcu arasında 200 metre branşında 26,52 metrelik bir fark bulunurken, her bir kulvar arasındaki fark ise 3,52 metredir (IAAF, 2008). Uluslararası atletizm federasyonu 1912 yılı itibariyle rekorları onaylamaya başlamıştır. Düz koşulan 200 metre yarışması 1976 yılına kadar yapılmış ancak bu tarihten sonra virajlı koşulan dereceler kabul edilmiş ve düz pist dereceleri silinmiştir. Bu dalda kadınlar Dünya rekoru Amerika’lı Florence Griffith-Joyner tarafından 21,34 saniye ile 29 Eylül 1988 yılında Seul’de kırılmıştır. Erkekler rekoru Jamaika’lı Usain Bolt tarafından 19.19 saniye ile 20 Ağustos 2009 yılında Berlin’de kırılmıştır (Matthews, 2012; Sostavitel, 2016). Tokyo’daki 1964 Olimpiyat Oyunlarında kadınlar ilk defa beş disiplinden oluşan pentatlonda yarışmıştır. Los Angeles’ta 1984 yılında yapılan Olimpiyat Oyunlarında genişletilmiş şekliyle yapılmıştır (Sostavitel, 2016).

2.1.5.4. 400 Metre

Atletizm pistinde 1 tur atılan ve takozla yarışmanın başladığı sporcuların kulvarlarından çıkmadığı kısa mesafe branşıdır. Tıpkı 200 metre koşusunda olduğu gibi virajlı koşularda yarıçaptan kaynaklanan durum nedeniyle eşitlik sağlanması için birinci kulvarda yarışan sporcu ile sekizinci kulvarda yarışan sporcu arasında 400 metre branşı için 53,03 metrelik bir fark bulunurken her bir kulvar arasında ki fark ise 7.03 metredir (IAAF, 2008). Erkekler için 1896 yılında kadınlar için ise 1964 yılından itibaren yaz olimpiyatları kapsamına alınmıştır (Sostavitel, 2016). Kadınlar Dünya rekoru Doğu Almanya'dan Marita Koch tarafından 6 Ekim 1985 yılında Avustralya'nın başkenti Canberra'da kırılmıştır (Matthews, 2012).

2.1.5.5. Orta Mesafe Koşuları

Orta mesafe koşularında yarışan koşucular hem anaerobik enerji sistemlerini kullanarak hızlı bir şekilde koşmayı hem de aerobik enerji sistemlerini kullanarak dayanıklılıklarını sürdürmeyi başarmalıdır. Orta mesafede olimpik branşlar 800 metre, 1500 metre ve 3000 metredir. Orta mesafe koşularında sporcular yarışı belli bir tempoyla sürdürüp kendilerine uygun bir mesafede süratlerini arttırmaktadırlar. Bu nedenle kısa mesafe koşularına kıyasla yarışın taktiksel bir bileşeni vardır (Morpa, 2005).

2.1.5.6. 800 Metre

Orta mesafe koşuları kategorisinde yer alan 800 metre koşusu atletizm pistinde iki tur atılarak yapılan yarışmadır. Yarışma, yüksek çıkış ile kulvarlı veya sporcu sayısının fazla olması durumunda bitiş çizgisinin önünde bulunan yaydan başlatılır. Kulvarlı başlayan yarışmada atletler ilk 100 metreyi kulvarlı koşarken, yaydan başlayan yarışmalarda atletler başlangıçtan sonra birinci kulvara geçerler (Matthews, 2012). 800 metre koşusu, hız ve dayanıklılık gerektiren bir yarış olup, koşucuların taktiksel becerilerini ve enerji sistemlerini etkili bir şekilde kullanmalarını gerektirir (Morpa, 2005).

Bu dalda Dünya rekoru erkeklerde Kenya'lı David Rudisha tarafından 9 Ağustos 2012 tarihinde 1:40.91 ile Londra'da kırılmıştır. Kadınlar Dünya rekoru ise Çekoslovakya'lı Jarmila Kratochvílová tarafından 26 Temmuz 1983 yılında 1:53.28 ile Münih'te kırılmıştır (Sostavitel, 2016).

2.1.5.7. 1500 Metre

Orta mesafe koşularından olan 1500 metre koşusu pist üzerinde 3 tam tur ve 300 metre koşularak tamamlanan bir yarışmadır (Morpa, 2005). Hız, dayanıklılık ve taktik becerilerinin en üst düzeyde olması gereken bir yarışmadır. 1500 metre koşusunda hem anaerobik hem de aerobik enerji sistemleri etkili bir şekilde kullanması gerekmektedir (Morpa, 2005). Bu dalda Dünya rekoru erkeklerde Fas'lı Hicham El Guerrouj tarafından 14 Temmuz 1998 yılında 3:26.00 ile Roma'da kırılmıştır. Kadınlar Dünya rekoru ise Çin'li Qu Yunxia tarafından 11 Eylül 1993 yılında Pekin'de kırılmıştır (Matthews, 2012; Sostavitel, 2016).

2.1.5.8. Uzun Mesafe Koşuları

En az üç kilometre mesafeyi kesintisiz olarak koşmayı gerektiren aerobik temelli, dayanıklılık ve taktik beceri isteyen yarışmalardır. Uzun mesafe koşuları 5000 metre ve 10000 metre olarak gruplandırılmıştır (Morpa, 2005). Erkekler 5000 metre ve 10000 metre koşuları 1912 yılından itibaren olimpiyat oyunlarına, kadınlar 5000 metre ve 10000 metre koşuları sırasıyla 1988 ve 1996'da programa dâhil edilmiştir (Sostavitel, 2016).

2.1.5.9. 5000 Metre

Atletizm pistinde 12 tam tur ve 200 metre koşularak yapılan yarışmadır. Kayıtlara alınan ilk derece 31.10.1897 yılında düzenlenen yarışmada George Touquet-Daunis 16:34.60 dakikada koşmuştur (Sostavitel, 2016).

2.1.5.10. 10000 Metre

Erkekler kategorisinde ilk olarak 1912, kadınlar kategorisinde ise ilk olarak 1988 yılında olimpiyat oyunlarına dahil edilmiş ve atletizm pistinde yapılan en uzun yarışmadır. Atletler 400 metrelik piste 25 tur atarak yarışmayı tamamlarlar. Dayanıklılığın ve iradenin ön planda olduğu 10000 metrede, tercih edilen yarışma taktiği sonucu olumlu veya olumsuz yönde değiştirebilmektedir. Finli atletlerin 1960'lara kadar domine ettiği 10000 metre branşı günümüzde Afrikalı atletlerin hakimiyetine geçmiştir (Sostavitel, 2016)..

Güncel Dünya rekoru erkeklerde Etiyopyalı atlet Kenenisa Bekele tarafından 16 Ağustos 2005 yılında 26:17.53 ile kırılmıştır (Sostavitel, 2016).

2.1.6. Atmalar

Alanda yapılan yarışmalar kendi içerisinde 4 farklı branştan oluşmaktadır. Gülle Atma, Disk Atma, Çekiç Atma ve Cirit Atma'dan oluşmakta, bu branşlarda kadın ve erkeklerde farklı ağırlıklar kullanılmaktadır (Matthews, 2012; Morpa, 2005). Atma branşlarında içerisinde koşularak atış yapılan tek branş Cirit atma dalıdır. Çekiç ve Disk atma branşında sporcular güvenlik amaçlı kafesin içerisinde atışlarını yaparlar. Gülle atma alanı etrafında güvenlik kafesi olmadan yapılan yarışmalardır (Morpa, 2005).

2.1.6.1. Gülle Atma

Küre şeklinde, demir, pirinç gibi sert metallerden yapılırken içinde kurşun veya benzeri maddeler kullanılır. Gülle ağırlıkları erkeklerde 7,260 gram, kadınlarda 4,000 gram ağırlığında ve omuz hizasından en uzak mesafeye atılan bir spor dalıdır. Eski Yunan ve Olimpiyatlarda metal güller yerine yarışmalarda 6,5 kilogramlık taş veya metal parçalar kullanılmıştır. 1896'dan itibaren taş yerine metal gülle İngilizler tarafından kullanılmaya başlanmıştır (Morpa, 2005). Gülle atma dalında ilk Dünya rekoru 1909 yılında Ralph Rose tarafından 15.54 metre kayıtlara geçilmiştir (Sostavitel, 2016). Kadınlarda kayıtlara geçen ilk rekor ise Fransız Violette Gouraud-Morris tarafından 14 Temmuz 1924 yılında Paris'te 10,15 metre ile kırılmıştır. Güncel Dünya rekoru Sovyetler Birliğinden Natalya Lisovskaya tarafından 7 Haziran 1987 yılında Moskova'da 22.63 metre ile kırılmıştır (Matthews, 2012; Sostavitel, 2016).

2.1.6.2. Disk Atma

Yassı ve yuvarlak yapıda olan disk, sert ahşaptan, etrafı metal kaplı veya tamamen metalden oluşan bir yapıda ve genellikle merkezde çıkarılabilen ağırlıklar bulunmaktadır (Matthews, 2012). Disk ağırlıkları erkeklerde iki kilogram kadınlarda ise bir kilogramdır. Atina'da 1896 yılında yapılan Olimpiyat oyunlarında ilk defa disk müsabakası düzenlenmiştir. Bu kategoride kadınlar ise ilk defa 1928 Olimpiyat oyunlarında yarışmıştır. Erkekler Disk atma dalında ilk Dünya rekoru James Duncan tarafından 27 Mayıs 1912 yılında 48,58 metre olarak kayıtlara geçmiştir. Son Dünya rekoru ise Doğu Almanya vatandaşı Jürgen Schult tarafından 6 Haziran 1983 yılında 74.08 metre olarak kırılmıştır (Sostavitel, 2016). Kadınlar Disk atma dalında ilk Dünya rekoru Lilli Henoch tarafından 8 Temmuz 1923 yılında 26,62 metre olarak kayıtlara geçmiştir. Son Dünya rekoru ise Doğu Almanya vatandaşı Gabriele Reinsch tarafından

9 Temmuz 1988 yılında 76,80 metre olarak kırılmıştır (Matthews, 2012; Sostavitel, 2016).

2.1.6.3. Çekiç Atma

Çelik tele bağlanmış çelikten yapılmış yuvarlak güldür. Üzerinde kullanılan telin uzunluğu 1,22 metre, kullanılan topun ağırlığı erkeklerde 7.260 gram kadınlarda ise 4.000 gramdır. Çekiç kelimesinin kullanılmasının nedeni eski dönemlerde gerçekten çekiç atılmasıdır. Günümüzde İskoçya’da yapılan bazı festivallerde Çekiç atılmaya devam edilmektedir (Matthews, 2012). Çekiç atma erkekler kategorisinde olimpiyat oyunlarına 1900 yılında dahil edilmiştir. Kadınlar ise 2000 Sydney olimpiyatlarında resmi spor dalı olarak dahil edilmiştir (Sostavitel, 2016).

Çekiç atma dalında erkekler kategorisinde kırılan ilk rekor 17 Ağustos 1913 tarihinde Pat Ryan tarafından 57,77 metre olarak kırılmıştır. Erkeklerde güncel Dünya rekoru Sovyetler Birliği vatandaşı Yuriy Sedikh tarafından 30 Ağustos 1986 tarihinde 86,74 metre olarak kırılmıştır. Kadınlar kategorisinde kırılan ilk Dünya rekoru Rus Olga Kuzenkova tarafından 23 Şubat 1994 tarihinde 66.84 metre ile kırılmıştır (Sostavitel, 2016).

2.1.6.4. Cirit Atma

Cirit ilk kullanıldığı günden bu güne kadar ağaç, alüminyum, metal, fiber veya karbondan yapılmıştır. İlk ciritler ucu metal huş ağacından yapılmış ancak günümüzde alüminyum, metal fiber ve nadiren karbondan yapılmaktadır (Matthews, 2012; Morpa, 2005). Büyük erkeklerde cirit uzunluğu 2,6 metre ile 2,7 metre arasında, ağırlıkları ise 800 gramdır. Büyük kadınlarda cirit uzunluğu 2,2 metre ile 2,3 metre arasında ağırlıkları 600 gramdır. Cirit’in ağırlık merkezleri havada kalma süresi üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Erkek ciritlerinde ağırlık merkezi cirit ucundan 0,9 ile 1,06 metre arasında bulunmakta, kadın ciritlerinde ağırlık merkezi cirit ucundan 0,8 ile 0,92 metre arasında değişmektedir (Matthews, 2012).

Ağırlık merkezleri Dünya Atletizm Federasyonu tarafından belirlenmektedir. Güncel ağırlık merkezi, erkeklerde 100 metre üzerinde atışlardan sonra alan güvenliği nedeniyle 1 Nisan 1986 yılında değişmiştir. Kadınlarda da 1999 yılında benzer şekilde yeniden tasarlanmıştır (Matthews, 2012).

Cirit atmada ağırlık merkezi değişmeden önce kırılan ilk Dünya rekoru İsveç’li Eric Lemming tarafından 29 Eylül 1912 tarihinde 62,32 metre ile kırılmışken,

son rekor Doğu Almanya vatandaşı Uwe Hohn tarafından 104,80 metre ile kırılmıştır. Ağırlık değiştikten sonra Çek Cumhuriyeti vatandaşı Jan Železný tarafından 25 Mayıs 1996 yılında 98.48 metre ile kırılmıştır. Kadınlarda kayıtlara geçen ilk Dünya rekoru Rus Olga Kuzenkova tarafından 23 Şubat 1994 yılında kırılmıştır (Sostavitel, 2016).

2.1.7. Atlamalar

Atlama branşları, yatay ve dikey atlama olarak iki gruba ayrılmaktadır. Yatay atlamalarda uzun atlama ve 3 adım atlama yer almaktadır. Dikey atlamalar yüksek atlama ve sırkla yüksek atlama şeklinde oluşmaktadır (Morpa, 2005).

2.1.7.1. Uzun Atlama

Belirlenmiş bir mesafeden koşarak tek ayakla en uzağa sıçramaya çalışılan branştır (Morpa, 2005). Antik Yunanda düzenlenen olimpiyat oyunlarında tek atlama yarışmasıdır, uzun atlama yarışmasında amaçlanan sporcuların savaş alanında kabiliyetlerini göstermek, böylece savaş alanında önlerine çıkan çeşitli engellerden geçilmesi amaçlanmaktadır (Morpa, 2005).

Uzun atlamanın dört ana bileşeni vardır, bunlar yaklaşma koşusu, take-off (kalkış), uçma ve iniş bölümünden oluşmaktadır. Yaklaşma koşusunun hızı uzun atlamanın derecesine doğrudan etki etmektedir. Basma tahtası kum havuzundan iki metre geridedir (Sostavitel, 2016).

Bu dalda erkeklerde kayıtlara alınan ilk Dünya rekoru İrlanda'lı atlet Peter O'Connor tarafından 05 Ağustos 1901 tarihinde 7,61 metre ile kırılmıştır. Güncel rekor ise Amerikalı Mike Powell tarafından 30 Ağustos 1991 yılında 8,95 metre ile kırılmıştır. Kadınlarda kayıtlara alınan ilk Dünya rekoru Çekoslovakya vatandaşı Marie Mejzlíková tarafından 6 Ağustos 1922 yılında 5,16 metre ile kayıtlara geçmiştir. Güncel Dünya rekoru Sovyetler Birliği vatandaşı Galina Çistyakova tarafından 11 Haziran 1988 yılında 7.52 metre ile kırılmıştır (Sostavitel, 2016).

2.1.7.2. Üç Adım Atlama

Uzun atlamadan farklı olarak basma tahtası kum havuzuna erkeklerde 13 metre kadınlarda 11 metre uzaktadır (Matthews, 2012; Sostavitel, 2016). Bu uzaklık nedeniyle atletler basma tahtasından yaptıkları sıçrama sonrasında ilk sıçradıkları adım ile tekrar sıçrama yapar yere diğer adımı ile temas eder ve atlayışını tamamlar. Üç adım atlamada sol adımla başlayan sıçrama sol ile devam ederken atlayış sağ ile tamamlanır ancak başlangıç sıçraması ve atlayış sporcudan sporcuya değişmektedir (Morpa, 2005).

Antik olimpiyat oyunları ile ilgili kaynaklarda nadiren 15 metre ve üzerinde atlayışların olduğu zafer şiirleri yazan şairlerin kayıtlarında yer almaktadır. Buna bağlı olarak spor tarihçilerinin ortak kanısı bu atlayışların birbirini takip eden sıçramalar sonucunda olacağı yönünde olmuş, böylece üç adım atlamanın temeli oluşturulmuştur (Morpa, 2005).

Antik Olimpiyat Oyunlarında üç adım atlama veya benzeri bir atlama olduğuna dair oyunların kayıtlarında veya herhangi bir kaynakta yazılmış kanıt yoktur. Üç adım atlama kadınlar ilk kez 1996 Atlanta Oyunlarında dahil edilmiştir. İlk olarak 1896 yılında ilk modern olimpiyat oyunlarında yer almış ancak teknik olarak aynı ayak üzerinde iki atlama devamında bir atlamadan oluşmaktadır (Matthews, 2012).

Erkeklerde ilk Dünya rekoru Amerikalı Dan Ahearn tarafından 30 Mayıs 1911 yılında 15,52 metre ile kayıtlara geçmiş ve rekoru 13 yıl 1 ay 12 gün kendisinde kalmıştır. Japon sporcu Naoto Tajima 6 Ağustos 1936 yılında 16,00 metre atmış ve rekoru 14 yıl 3 ay 27 gün kendisinde kalmıştır. Güncel Dünya rekoru İngiliz Jonathan Edwards tarafından 7 Ağustos 1995 yılında 18,29 metre ile kırılmıştır (Sostavitel, 2016). Bu rekor 28 yıl olmasına rağmen kırılmamıştır.

Kadınlarda IAAF öncesinde resmi olmayan kayıtlara geçmiş ilk rekor Amerikalı Elizabeth Stine tarafından 13 Mayıs 1922 yılında 10,32 metre ile kırılmıştır ve Galina Çistyakova 2 Temmuz 1989 yılında 14,52 metre olarak rekoru geliştirmiştir. IAAF sonrasında kırılan ilk rekor Çinli Li Huirong tarafından 25 Ağustos 1990 yılında 14,54 metre olarak kırılmıştır. Ukrayna vatandaşı Inessa Kravets 10 Ağustos 1995 tarihinde 15.50 metre atmış ve bu rekor 25 yıl 11 ay 22 gün kırılmamıştır (Matthews, 2012; Sostavitel, 2016).

2.1.7.3.Yüksek Atlama

İki dikme arasına (3,66-4,06 metre aralığında olmalı) belirlenmiş yüksekliğe yerleştirilmiş, yatay çita üzerinden herhangi yardımcı bir ekipman kullanmadan geçilmeye çalışılan atletizm branşıdır (Matthews, 2012).

Düz koşu ile başlayan koşu atlama çitasına yaklaştıkça kavislenmekte ve sporcu çitaya yakın bir mesafeden atlayışını gerçekleştirir. Çitanın arkasında sporcunun güvenliği için en az 5x4 metre büyüklüğünde ve 70 santimetre kalınlığında minder bulunmaktadır (Matthews, 2012; Morpa, 2005).

Yüksek atlamada yarışmacının kural gereği yarışmanın kalitesine göre başlangıç yüksekliği olmasına rağmen, sporcular istedikleri yükseklikten yarışmaya başlayabilir ve üç defa üst üste hata yapmadıkları sürece yarışmaya devam ederler. Yüksek atlamada üç farklı teknik kullanılmıştır, bunlar; Makas tekniği, binme tekniği ve güncel olarak tüm sporcuların kullandığı flop tekniğidir. Flop tekniği ilk olarak 1968 olimpiyatlarında Amerikalı atlet Dick Fosbury Flop tarafından uygulanmış ve bu teknikle 2,24 metre atlayarak olimpiyat şampiyonu olmuştur (Matthews, 2012; Morpa, 2005; Sostavitel, 2016).

2.1.7.4. Sırıkla Atlama

Sporcunun iki dikme arasına konulmuş çitanın üzerinden atlamaya yardımcı olarak kullandığı fiberglas veya karbon fiberden yapılmış uzun, esnek sıırıkla yapılan atletizm yarışmasıdır. Erkekler için 1896 yılından, kadınlar için 2000 yılından itibaren olimpiyat oyunlarında yer almıştır (Matthews, 2012).

Spor olarak sıırığın yarışmalarda kullanımı ilk olarak Avrupa’da Fierljeppen yarışmalarında ve 1850 yıllarında Almanya’da yapılan cimmastik yarışmalarında daha fazla yükseğe atlamak için kullanılmıştır, resmi olarak kayıtlara geçen en eski sıırıkla atlama yarışması İngiltere’de yapılmıştır (Matthews, 2012; Sostavitel, 2016).

2.1.8. Engelli Koşular

Pist yarışmaları içerisinde bulunan, sporcuların eşit aralıklarla konulmuş, yaşa ve cinsiyete göre yükseklikleri, mesafeleri farklı olan engel koşuları 19. yüzyılda İngiltere’de ortaya çıkmıştır. Kadınlar 1920 yılında yarışmaya başlamıştır. 1953 yılına kadar “T” formatında ağır engeller kullanılırken bu yıldan sonra “L” formatında engel kullanılmaya başlanmış ve bu değişim engel branşlarında devrim niteliğinde olmuştur (Morpa, 2005).

Kadınlar 100 metre engel, erkekler 110 metre engel hem kadınlar hem de erkekler 400 metre engel koşmaktadır. 100 metre engel yarışmasında engel yüksekliği 83,8cm’dir ve toplam 10 engel vardır. Engel aralığı 8,5 metredir, başlangıç ile ilk engel arası 13 metre son engelden bitiş arası ise 10,5 metredir. 110 metre engel yarışmasında engel yüksekliği 106,7cm’dir ve toplam 10 engel vardır. Engel aralığı 9,14 metre, başlangıç ile ilk engel arası 13,72 metre, son engelden bitiş arası ise 14,02 metredir. Her iki branşta kısa mesafe grubuna dahil olduğu için takoz kullanılarak koşulmakta ve her sporcu kendi kulvarında yarışmak zorundadır (Matthews, 2012; Morpa, 2005). 400

metre engelde engel yüksekliği kadınlarda 76,2 cm, erkeklerde 91,4 cm'dir ve toplam 10 engel bulunmaktadır. Takozdan sonra ilk engele uzaklık 45 metre, engeller arası 35 metre ve son engelden bitiş çizgisi arasındaki mesafe ise 40 metredir (Matthews, 2012; Sostavitel, 2016).

2.1.9. Dekatlon

Antik olimpiyat oyunlarında uzun atlama, disk atma, cirit atma, sürat koşusu ve güreşten oluşan çoklu atletizm etkinliği olan dekatlon 1904 yılında çoklu etkinlik olarak düzenlenmiş ve bugünkü formatı 1911 yılında düzenlenmiş, ilk olarak 1912 yılında Olimpiyat oyunlarına dahil edilmiştir (Matthews, 2012).

Günümüzde pist ve alan yarışmalarından oluşan 10 farklı disiplin 2 gün içerisinde tamamlanmakta ve Uluslararası Atletizm Federasyonları Birliği (IAAF) tarafından hazırlanmış branşların derecelerinin karşılığı olan puana göre sporcuların sıralaması belirlenir. Sporcuların sıralaması bir branşta kaçınıcı olduğuna değil 10 yarışma sonucunda elde edilen toplam puana göre belirlenir (Sostavitel, 2016).

Birinci gün yarışmaları;

- 100 metre
- Uzun atlama
- Gülle atma
- Yüksek atlama
- 400 metre

İkinci gün yarışmaları;

- 110 metre engelli
- Disk atma
- Sırıkla atlama
- Cirit atma
- 1500 metre (Matthews, 2012; Morpa, 2005; Sostavitel, 2016).

2.1.10. Heptatlon

Yedi yarışmadan oluşan çoklu atletizm etkinliğidir, erkek heptatlonu ve kadın heptatlonu olarak iki tip heptatlon vardır. Erkek heptatlonu daha eski ve salon yarışmalarında yapılırken, kadınlar açık sahada yapılmakta ve ilk olarak 1980 yılında tanıtılmış 1984 Olimpiyat oyunlarına dahil edilmiştir. Kadınlar heptatlonunda yer alan 7 yarışmanın ilk 4 yarışması birinci gün yapılırken kalan üç yarışma ise ikinci gün yapılır (Sostavitel, 2016).

Birinci gün yarışmaları;

- 100 metre engelli
- Yüksek atlayış
- Gülle atma
- 200 metre

İkinci gün yarışmaları;

- Uzun atlama
- Cirit atma
- 800 metre (Morpa, 2005; Sostavitel, 2016)

2.2. Millî Eğitim Bakanlığı Ortaokul Ders Grupları

Milli Eğitim Bakanlığının ortaokulda eğitim gören sporcular için ders grupları ve ders içeriklerine ait yönerge içeriğinde;

“Serbest etkinliklerin uygulanması velinin isteği doğrultusunda okul yönetiminin kararına bağlı olup zorunlu değildir. Okullarda seçmeli ders uygulaması konusunda esneklik sağlanacak ve her okul yönetimi kendi imkânları doğrultusunda çizelgenin seçmeli dersler bölümünde yer alan azami 10 dersten bir grup oluşturacaktır. Öğrenciler, kendi okullarında okul yönetimi tarafından oluşturulan gruptan derslerini seçecektir. Seçmeli derslerin kaç kez alınabileceği dersin adının yanında parantez içinde belirtilmiştir (MEB, 2023).”

“Seçmeli derslerden birden fazla sınıf düzeyinde alınabilecek derslerin öğretim programları modüler bir yapıda oluşturulacaktır. Öğrenciler bu derslerden herhangi birini, 5-8. sınıf arasında herhangi bir sınıfta ya da sürekli olarak alabileceklerdir. Öğrenci, beşinci sınıftan itibaren programda seçmeli olarak yer alan bir dersi ilk kez sekizinci sınıfta alabileceği gibi, bu dersi beşinci sınıftan itibaren sürekli olarak seçebilir ya da herhangi bir sınıf düzeyinde başka bir alandan ders seçebilir (MEB, 2023).”

“Öğretim programlarının uygulanmasında haftanın belirli bir günü/günleri altı (6) ders saatlik zaman dilimi "seçmeli ders saatleri" olarak belirlenir. Bu şekilde farklı sınıf düzeylerinde olup fakat seçtikleri ders açısından aynı seviyede olan öğrencilerden seçmeli ders grubu oluşturulması sağlanır. Örneğin bir öğrenci Kur'an-ı Kerim dersini ilk kez yedinci sınıfta alıyorsa ve henüz başlangıç seviyesinde ise bu dersi beşinci, altıncı ve sekizinci sınıfta okuyan ve başlangıç seviyesinde olan öğrencilerle birlikte alabilir. Böylece hem kaynakların daha rasyonel kullanılması hem de öğrencilerin tercih haklarının karşılanması sağlanır. Sanat ve Spor grubunda yer alan Görsel Sanatlar, Müzik, Spor ve Fizikî Etkinlikler dersleri öğrencilerin tercihlerine bağlı olarak iki (2) ya da dört (4) ders saati olarak seçilebilir (MEB, 2023)”

“Beşinci sınıfta Türkçe, Matematik, Fen Bilimleri, Sosyal Bilgiler, Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi dersleri (20 ders saati) ile en az dört (4) ders saatlik seçmeli dersi tamamlamak kaydıyla, imkân ve şartları uygun olan okullarda isteğe bağlı olarak on sekiz (18) ders saatine kadar yabancı dil dersi öğretimi yapılabilir (MEB, 2023)”

“Bu uygulamayı yapan okullarda, öğrencilerin hazır bulunuşluk düzeyleri dikkate alınarak Talim ve Terbiye Kurulunca kabul edilmiş ve uygulanmakta olan yabancı dil dersi öğretim programlarına dayalı olarak dersin zümre öğretmenleri kurulunca hazırlanan öğretim programları uygulanabilir. İsteyen okullarda on (10) ders saatine kadar okul ve çevrenin şartları ile öğrencilerin bireysel özellikleri ve ihtiyaçları dikkate alınarak okul yönetiminin kararıyla her türlü eğitici faaliyet uygulanabilir (MEB, 2023).”

DERSLER			SINIFLAR							
			İLKOKUL				ORTAOKUL			
			1	2	3	4	5	6	7	8
ZORUNLU DERSLER	Türkçe		10	10	8	8	6	6	5	5
	Matematik		5	5	5	5	5	5	5	5
	Hayat Bilgisi		4	4	3					
	Fen Bilimleri (FB)				3	3	4	4	4	4
	Sosyal Bilgiler (SB)					3	3	3	3	
	T.C. İnkılâp Tarihi ve Atatürkçülük									2
	Yabancı Dil (YD)			2	2	2	3	3	4	4
	Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi (DKAB)					2	2	2	2	2
	Görsel Sanatlar (GS)		1	1	1	1	1	1	1	1
	Müzik		1	1	1	1	1	1	1	1
	Beden Eğitimi ve Oyun		5	5	5	2				
	Beden Eğitimi ve Spor (BES)						2	2	2	2
	Teknoloji ve Tasarım (TT)								2	2
	Trafik Güvenliği					1				
	Bilişim Teknolojileri ve Yazılım						2	2		
	Rehberlik ve Kariyer Planlama									1
	İnsan Hakları, Yurttaşlık ve Demokrasi					2				
ZORUNLU DERS TOPLAMI			26	28	28	30	29	29	29	29
SEÇMELİ DERSLER	Din, Ahlak ve Değerler	Kur'an-ı Kerim (4)					2	2	2	2
		Peygamberimizin Hayatı (4)					2	2	2	2
		Temel Dinî Bilgiler (2)					2	2	2	2
	Dil ve Anlatım	Okuma Becerileri (1)					2	2		
		Yazarlık ve Yazma Becerileri (4)					2	2	2	2
		Yaşayan Diller ve Lehçeler (4)					2	2	2	2
		İletişim ve Sunum Becerileri (1)							2	2
	Yabancı Dil	Yabancı Dil (Bakanlar Kurulu Kararı ile Kabul Edilen Diller) (4)					2	2	2	2
	Fen Bilimleri ve Matematik	Bilim Uygulamaları (4)					2	2	2	2
		Matematik Uygulamaları (4)					2	2	2	2
		Çevre Eğitimi (1)							2	2
		Bilişim Teknolojileri ve Yazılım (2)							2	2
	Sanat ve Spor	Görsel Sanatlar (Resim, Geleneksel Sanatlar, Plastik Sanatlar vb.) (4)					2/(4)	2/(4)	2/(4)	2/(4)
		Müzik (4)					2/(4)	2/(4)	2/(4)	2/(4)
		Spor ve Fizikî Etkinlikler (Alanlara Göre Modüller Oluşturulacaktır) (4)					2/(4)	2/(4)	2/(4)	2/(4)
		Drama (2)					2	2		
		Zekâ Oyunları (4)					2	2	2	2
	Sosyal Bilimler	Halk Kültürü (4)					2	2	2	2
		“Şehrimiz ...” (1)					2	2	2	2
		Ortak Türk Tarihi (1)								2
		Medya Okuryazarlığı (1)							2	2
		Hukuk ve Adalet (1)						2	2	2
Düşünme Eğitimi (2)								2	2	
Seçilebilecek Ders Saati Sayısı							6	6	6	6
SERBEST ETKİNLİKLER			4	2	2					
TOPLAM DERS			30	30	30	30	35	35	35	35

Şekil 2.2. MEB Ders Çizelgesi

2.3. Sporda Yetenek Seçimi

Elit sporcuların performanslarının sınırlarını sergilediği elit düzey sporda, performansı sürekli olarak geliştirme çabaları atletizmin tarihi kadar eskidir. Bu alanda erken yaşlarda doğru yeteneği keşfetmek ve keşfedilen yeteneğin doğru yöntemlerde istenilen hedefe götürme konusunda yetenek seçimi önemli olup doğru programlama ile majör yarışmalarda kürsü gibi başarılar elde edilebilir (Bayraktar, 2019).

Eğitim, müzik ve sanat gibi alanlarda yeteneklerin keşfi ve keşfedilen yeteneklerin istenilen hedefe doğru yönlendirilip geliştirilmesi önemliyken, sporda da bu tür yeteneklerin belirlenmesi ve ilerletilmesi diğer alanlar göz önüne alındığında daha fazla kabul görmüştür (Baker, Schorer ve Wattie, 2018).

Bu ilginin en önemli sebebi sporla ülkelerin diğer dallara göre daha keskin olarak temsil edilmesi, kırılan rekorlar, elde edilen başarılar ve kazanılan madalyalar ülkelerin itibarlarına olumlu yönde katkı sağlamasıdır. Bu nedenle bir çok ülke kendi sporcularının uluslararası arenada daha başarılı olmaları için bir takım yetenek belirleme ve yönetme sistemleri ortaya koymuştur (Bayraktar, 2019).

Elit sporcu performansının temelini oluşturan nitelikleri anlama ve geliştirmede, öne çıkan yetenek tespit ve geliştirme programlarının, 1950'lerdeki başlangıcından itibaren önemli düzeyde başarıları, günümüze göre daha katı ve kontrolü yüksek yöntemleri kullanan, Sovyetler Birliği, Doğu Almanya, Romanya ve Bulgaristan gibi Doğu Bloku ülkeleri elde etmiştir. Günümüzde ise bu alanda dikkat çeken ülkeler arasında Avustralya, Çin ve ABD yer almaktadır (Baker ve diğerleri, 2018).

Doğu bloğu ülkelerinde başarının kısa sürede elde edilmesindeki en büyük etken, sisteme dahil edilen tüm sporcuların yönetimin tam kontrolünde ve nicelikli kaynağa sahip olmalarıdır. Özellikle sporu bırakma sonrasında da devletin desteğinin devam etmesi, sporcularda gelecek kaygısını ortadan kaldırmış ve çift kariyerli ilerlemeleri sağlanarak performansa odaklanmaları sağlanmıştır (Bayraktar, 2019).

Sporun yetenek seçiminde iki ana yaklaşım vardır;

- a. Doğal seçim
- b. Bilimsel seçim

Doğal seçimde sporcular rastgele bir spor dalına yönlendirilirken, bilimsel seçimde antropometrik ve performans testleri gibi bilimsel yöntemler kullanılır. Bu süreç genellikle üç aşamada gerçekleşir;

- a. İlk aşamada spor yapmaya uygun çocuklar belirlenir.
- b. İkinci aşamada antrenmanlara verdikleri tepkilere bakılır
- c. Üçüncü aşamada elit sporcu olma potansiyeli değerlendirilir (Bompa ve Haff, 2019)

Spor branşlarında günümüzde yeteneğin seçiminde artık geleneksel yöntemler yerine spora katılım modeli uygulanmaktadır. Spora katılım modelinde temel esas sporcunun kademeli olarak spor yapmasını sağlayarak hayat boyu spora yönlendirmesini sağlamaktır. Özellikle son dönemlerde Kanada temelli Uzun Dönem Sporcu Gelişim (LTAD) modeli bir çok ülkede yaygın olarak kullanılmaya başlamıştır.

2.4. Uzun Dönem Sporcu Gelişimi (LTAD)

Genç yaşta temel becerilerin edinilmesi ve ileri aşamalarda rekabetçi yeteneklerin optimize edilmesi hem engelli hem de engelli olmayan sporcular için kritik bir öneme sahiptir. Uzun Dönem Sporcu gelişimi perspektifinde engelli olmayan ve engelli sporcular arasında belirgin farklar gözetilmeksizin bir yaklaşım sunmaktadır (Balyi ve diğerleri, 2015).

Uzun Dönem Sporcu Gelişim modeli, elit bir sporcu yetiştirmek için gereken zamanın önemine işaret eden birçok aşamalı bir yaklaşım benimsemektedir. Yapılan araştırmalar, bir yetenekli sporcunun zirve performans seviyelerine erişebilmesi için 8 ile 12 yıl arasında sürekli bir eğitim alması gerektiğini ortaya koymaktadır. Bu uzun süreç, popüler olarak bilinen "10 yıl veya 10,000 saat kuralı" adıyla anılan, her gün ortalama üç saatlik bir pratiğin on yıl süresince devamlılığını gerektiren bir kavramla özetlenmiştir (Ericsson, Prietula ve Cokely, 2007).

Sporcu gelişim sürecinin başlangıcındaki verilen eğitim yoğunluğu, ilerleyen aşamalarında giderek artmakta ve karmaşık olmaktadır. Tüm bu gelişim evrelerinin ortak bileşeni antrenörlük sisteminin, sporcunun büyüme hızına ve gelişimine önemli derecede etki etmekte ve bu süreçte verilen eğitimin etkili ve dikkatli şekilde yönetilmesi gerekmektedir (Balyi ve diğerleri, 2015)

Uzun Dönem Sporcu Gelişimi (LTAD: Long Term Athlete Development) programının temeli, üstün yetenekli bireylerin doğru ve destekleyici koşullar altında gerçek potansiyellerini gösterebilecekleri üzerine kuruludur. Doğru zamanlamada doğru eğitimi alan bireylerin, sürekli gelişim anlayışıyla adım adım ilerleyerek ani başarılarla değil, istikrarlı bir şekilde yavaşça ilerlemeye odaklanmaları gerekmektedir.

Uzun Vadeli Atletizm Gelişimi'nin (LTAD) merkezinde sürekli ilerleme ve gelişme felsefesi olması nedeniyle bireyin hayatı boyunca istenen performans seviyelerini sürdürebilmesini veya sağlık için spor yapmasını sağlar. LTAD modeli, sporcunun antrenmana adaptasyonunu ve en iyi şekilde eğitilmesini sağlamak için farklı aşamaları tanımlar (Balyi ve diğerleri, 2015).

Erken özelleşen branşlar için;

1. Antrenman için antrenman
2. Yarışmak için antrenman
3. Kazanmak için antrenman
4. Hareketli yaşam için antrenman.

Geç özelleşen branşlar için ise;

- a. Aktif Başlangıç
- b. Eğlenceli temel eğitim
- c. Antrenmanı öğrenme
- d. Antrenman için antrenman,
- e. Yarışmak için antrenman
- f. Kazanmak için antrenman
- g. Hareketli yaşam için antrenman

Bu aşamalarda planlanan eğitimler, spor dallarına göre daha ayrıntılı olarak düzenlenmelidir (Balyi ve diğerleri, 2015).

Atletizm branşı geç özelleşme isteyen bir branş olması nedeniyle Türkiye Atletizm Federasyonu sporcuların erken yaşlarda yüksek performans elde edip asıl verimin alınması gereken sporu bırakmaları nedeniyle SEM'lerde sistematik spor eğitimi alan çocuklar için, hem çift kariyer desteği vermesi hem de sporcuya erken

yüklemeyi engellediği için Uzun Dönem Sporcu Gelişim modelinde Antrenmanı öğrenme-Antrenman için antrenman ve yarışma için antrenman dönemi içinde bulunan modellerle merkeze alımlarını gerçekleştirmiştir.

LTAD modelinde atletizm branşında dokuz evre bulunmaktadır. Bu evleler;

a. Aktif başlangıç (K-E/0-6 Yaş)

Çocuklarda hareketliliğinin başladığı ilk dönemlerde, koşma, zıplama, dönme, tekmeleme, nesne atma veya atılan nesneyi yakalama gibi temel becerileri hızlı gelişme gösterir. Bu dönemde sistematik olarak düzenlenmiş fiziksel aktiviteler, hareketli bir ortam sunmanın yanı sıra iyi yapılandırılmış jimnastik ve yüzme programlarına dahil edilmeleri gerekir (Balyi ve diğerleri, 2015).

b. Eğlenceli temel eğitim (K: 6/8 Yaş – E: 6-9 Yaş)

Programın süresine bağlı olarak 4-10 hafta boyunca, çocukların karar verme yeteneklerini geliştirmek için çok yönlü aktiviteler ve takım oyunlarına katılmaları teşvik edilir. Bu sürecin sonlarına doğru haftada toplam 10 saatlik bir aktivite hedeflenmelidir. Genel sporcu yeteneklerini desteklemek için haftada iki saati, koşma, atlama ve atma üzerine kurgulanmış oyunlarla atletik becerilerinin sağlam temel üzerine kurulmasına odaklanılır. (Balyi ve diğerleri, 2015).

c. Antrenmanı öğrenme (K: 8/11 Yaş – E: 9-12 Yaş)

Performansta maksimuma ulaşmak için, ısınma, esnetme, ana antrenmana uygun ısınma hareketleri, soğuma, beslenme ve zihinsel becerilerin nasıl kullanılacağı başlamaktadır. Eğitimin sonlarına doğru haftada toplam 11 saatlik fiziksel aktivite ve atletizm eğitimi için haftada iki-üç saat ayrılmalıdır. Diğer sporlara, çok yönlü aktivitelere ve oyunlara katılımın teşvik edilmesi de önerilmekle birlikte, bu aşamaların sonuna doğru aktivitelerin sayısının azalmaya başlaması gerekmektedir (Balyi ve diğerleri, 2015).

d. Antrenman için antrenman (K: 11/15 Yaş – E: 12-16 Yaş)

Büyüme ve gelişme açısından hem fırsatları hem de zayıflıkları içeren bu dönemde eğitimlerde dikkatli olunması gerekmektedir. Bu dönemde, çocuklukta yaşanan fiziksel değişimlere kıyasla daha hızlı fiziksel değişim gözlemlenir. Bu aşamada, sürat gelişimi, aerobik, anaerobik eğitimleri önemlidir (kızlar için: 11-13; erkekler için: 13-16). PHV'nin (Peak Height Velocity) başlangıcında kapasiteye

odaklanmaya başlamalı ve aerobik gelişim için eğitime başlanmalıdır. Ağırlık antrenmanı, menarşın başlangıcında kızlar için ve PHV'den 12-18 ay sonra erkekler için genel gücü geliştirmek amacıyla yaptırılır (Balyi ve diğerleri, 2015).

e. Yarışmayı öğrenme (K: 15/17 Yaş – E: 16-18 Yaş)

Sporcuların yarışma alanlarına (atma, atlama, sprint, engelli koşular, mesafe koşuları) veya herhangi bir etkinliğe yönlendirilmeden önce, sportif motor beceriler belirgin hale geldiğinden emin olunması gereklidir. Hız, güç, aerobik kapasite gelişimleri bu dönemde optimize edilmelidir. Antrenman ile yarışma oranı 90/10'dur ve atletizm sezonunun uzunluğu 8 haftadan 10 aya kadar değişkenlik gösterebilir. Sezon içindeki yarış sayısı uygulanan periyodizasyona göre değişkenlik gösterebilir. Tek uçlu periyodizasyonda yarış sayısı 10-15 arasında çift periyodizasyonda bu sayı 12-18 olmalıdır (Balyi ve diğerleri, 2015).

f. Yarışma için antrenman (K: 17/21± Yaş – E: 18-21± Yaş)

Tek, çift veya çoklu periyodizasyonda yarışmaya özgü motor becerilerinin gelişimine daha fazla zaman ayrılır. Fiziksel yeteneklerin tümü geliştirilmeye devam ederken, yüksek seviyeli yarışların stresiyle başa çıkmak için zihinsel hazırlık da yapılır. Haftalık atletizm antrenmanı sayısı altı ile 15'e kadar yükselir. Antrenman ile yarışma oranı hâlâ 90/10'dur, ancak atletizm sezonu yıl boyunca devam eder ve yarış sayısı, beşinci aşamadakine benzerdir. Bu aşamada, ulusal veya uluslararası seviyede performans için Performans Geliştirme Ekibi'nin sürece entegre edilmesi önemlidir. Yaşam tarzı eğitimi kesinlikle sporcu odaklıdır ve sporcu, 7. aşama için hazırlık yapar (Balyi ve diğerleri, 2015).

g. Kazanmak için antrenman (K: 20/23± Yaş – E: 20/23± Yaş)

Kazanmak için antrenman döneminde olan sporcular tam zamanlı sporcu olmayı öğrenmektedir. Performans Geliştirme Ekibi'nin sürece devamlı olarak entegre edilmesi önemlidir. Sporcunun taktik, teknik, fiziksel, zihinsel, yeteneklerinin geliştirilmesine yönelik programlar en iyi hale getirilir.

h. Yaşamak için kazanmak (K: 23± Yaş – E: 23± Yaş)

Fiziksel hazırlık, test etme, gözlem ve doğası gereği destekleyici olan tüm sistemler, en yüksek seviyelerde (yani Olimpiyat Oyunları ve Dünya Şampiyonaları)

mükemmelliği sağlamak için tamamen maksimuma çıkarılır ve iyileştirilir. Sporcu bu Aşamanın sonuna doğru emekliliği planlamaya başlayabilir (Balyi ve diğerleri, 2015).

i. Yaşam boyu aktiflik için antrenman (Herhangi bir yaş)

Bu aşama, sporcuların rekabetçi spordan tamamen çekildiği zaman olarak karşımıza çıkar. Üst düzey performans gösterenlerin, hayatlarının büyük bir bölümünde üst düzey yarışmalar olmadan hayata uyum sağlamaları açısından dikkate alınması gereken kritik bir aşamadır. Bu bölümde spordan sonraki hayata uyum sağlamalarında zorluklar yaşadıkları gözlemlenmektedir. Yaşam boyu aktiflik için antrenman evresi genellikle antrenörler veya yöneticiler tarafından çok dikkate alınmayan ancak sporu bıraktıktan sonra yaşam boyu spora katılımın olduğu dönem olarak oldukça önemlidir (Balyi ve diğerleri, 2015).

2.5. Sporcu Eğitim Merkezleri Tarihi ve Yönetmeliği

İlk olarak 1970 yılında Güreş Eğitim Merkezi olarak kurulmuş süreç içerisinde güreş branşında elde edilen başarılar nedeniyle 2010 yılında kapsamı genişletilerek statü ve yönetmelik değişikliği yapılarak Sporcu Eğitim Merkezleri adını almış ve 12 branşta faaliyetlerine devam etmiştir (İmamoğlu ve diğerleri, 2017). Sporcu Eğitim Merkezleri yönetmeliği 2022 yılında kapsamı genişletilerek yeniden düzenlenmiş ve 29 Kasım 2022 tarihinde 32028 sayılı Resmi Gazetede ilan edilmiştir (Resmi Gazete, 2022).

Merkeze kayıt hakkı kazanan sporcular merkezin bulunduğu ilin şartlarına bağlı olarak gündüzlü statüde veya yatılı statüde kayıt yaptırmaktadırlar.

Yatılı eğitim veren merkezlerde yönetmelikte belirtilen fiziksel özellikler;

- a) Müstakil bina.
- b) İçinde duş ve tuvalet bulunan bir veya üç kişilik yatak odaları.
- c) İlgili spor dalına uygun antrenman ve spor alanı.
- ç) Soyunma odaları.
- d) Ortak alanlarda duş ve tuvalet.
- e) Antrenör, sağlık ve spor destek elemanı odaları.
- f) Çamaşırhane ve malzeme odası.
- g) Mutfak, yemekhane ve kiler.
- ğ) Etüt, dinlenme odaları ve sosyal etkinlik alanı.
- h) Güvenlik sistemi.
- ı) Yangın merdiveni ve yangın söndürme cihazları.

Gündüzlü eğitim veren merkezlerde yönetmelikte belirtilen fiziksel özellikler;

- a) İlgili spor dalına uygun antrenman ve spor alanı.
- b) Soyunma odaları.
- c) Ortak alanlarda duş ve tuvalet.
- ç) Antrenör, sağlık ve spor destek elemanı odaları.
- d) Malzeme odası.
- e) Güvenlik sistemi.

f) Yangın önlemleri.

Merkezlere sporcu alımlarında her eğitim-öğretim yılı öncesi veya ara dönemlerde, ilgili spor federasyonunun teklifleri dikkate alınarak SEM-TOHM Değerlendirme Komisyonu tarafından belirlenen sportif kriterler ile birinci fıkra uyarınca belirlenen şartlar kapsamında Genel Müdürlük tarafından sporcu alımı yapılmaktadır. Yetenek taraması ve spora yönlendirme çalışmaları sonucunda üst düzey sporcu olabilme potansiyeli taşıyanlar arasından SEM Değerlendirme Komisyonlarının belirleyeceği şartlara göre alınmaktadır (Resmi Gazete, 2022).

Uluslararası federasyonların faaliyet takviminde yer alan resmi müsabakalara milli takımı temsilen katılanlar veya Türkiye şampiyonalarında ilk üç dereceye giren sporcular arasından, ilgili müsabaka tarihi itibarıyla bir yıl içinde durumlarını belgelendirmeleri şartıyla il müdürlüğü veya ilgili spor federasyonunun talebi ve SEM Değerlendirme Komisyonunun teklifiyle Genel Müdürlük tarafından alınmaktadır (Resmi Gazete, 2022).

Merkezlerde eğitim desteği alan gündüzlü veya yatılı sporculara harçlık, giyim, beslenme, ulaşım ve eğitim giderleri için, Bakanlık tarafından her ay ödemesi yapılır (Resmi Gazete, 2022)

Merkezin bulunduğu il müdürlüğünce, her yıl belirlenen dönemlerde merkezde görevli antrenörler, spor destek elemanları ile gündüzlü ve yatılı sporculara ilgili spor dalının özelliğine uygun olarak spor kıyafetleri ile birlikte antrenman için ihtiyaç duyulacak araç-gereçler verilir (Resmi Gazete, 2022).

Yatılı veya gündüzlü eğitim alan sporcular için spor dalının özelliği de göz önünde bulundurularak merkezde beslenme ve ulaşım desteği ile yatılı olarak eğitim gören sporculara her eğitim-öğretim dönemi başında okul kıyafetleri ile eğitim araç-gereçleri il müdürlüğü tarafından verilir (Resmi Gazete, 2022).

Türkiye’de sistematik olarak sporcu eğitimi desteği veren SEM’lerde uzun dönem sporcu gelişimi içerisindeki ‘antrenman için antrenman ve yarışma için antrenman’ döneminde olan çocuklar 32 ilde toplam 868 sporcu ile faaliyetlerini (2023 yılı itibarıyla) sürdürmektedir.

2.6. Sporcu Eğitim Merkezleri Alım Statüsü

SEM yönetmeliğinin Madde-7 2. Maddesine göre merkezlere alımlar ilgili federasyonlar tarafından yapılmaktadır. Türkiye Atletizm Federasyonu tarafından 2021 yılında Uzun Dönem Sporcu Gelişimi temel esas alınarak oluşturulan statüye göre 2022 yılında sınavlı alımlarda 10-14 yaş grubunda bulunan ortaokul öğrencileri bir koşu, bir atma ve bir atlama branşında yarışmış ve branş bazında elde ettikleri ISF puanları toplanarak sıralamaları belirlenmiştir (TAF, 2022).

Statüye göre illerden verilen il kotasına göre, yarışmaya katılan yaş gruplarında sınıflara göre dağılımda katılan sporcu sayısının,

a. 5. Sınıf %30

b. 6. Sınıf %30

c. 7. Sınıf %20

d. 8.Sınıf %20 kayıt yapma hakkı kazanmış ve merkeze alımları gerçekleştirilmiştir (TAF, 2022).

Yarışmalarda sporcuların yaşlarına göre belirlenmiş branşlardan, her sporcu bir koşu bir atma ve bir atlama olacak şekilde seçerek katılım göstermiştir.

Tablo 2.1. 2012-2011 doğumlu kız-erkek branşları

Yaş	Koşu	Atlama	Atma
10 (2012)	60 m- 80 m-600 m	Yüksek Atlama Uzun Atlama	Fırlatma topu (80gr)
11 (2011)	60 m- 80 m-600 m	Yüksek Atlama Uzun Atlama	Fırlatma topu (80gr)

Tablo 2.2. 2010-2009-2008 doğumlu kızlar branşları

Yaş	Koşu	Atlama	Atma
12 (2010)	60 m-80 m 80 m. Engel 800 m-1500 m	Yüksek Atlama Uzun Atlama	Gülle (3 kg) – Disk (750gr) Cirit (400 g)- Çekiç (3kg)
13 (2009)	60 m-80 m 80 m. Engel 800 m-1500 m	Yüksek Atlama Uzun Atlama	Gülle (3 kg) – Disk (750 gr) Cirit (400 g)- Çekiç (3 kg)
14 (2008)	60 m-80 m 80 m. Engel 800 m-1500 m	Yüksek Atlama Uzun Atlama	Gülle (3 kg) – Disk (750 gr) Cirit (400 g)- Çekiç (3 kg)

Tablo 2.3. 2010-2009-2008 doğumlu erkekler branşlar

Yaş	Koşu	Atlama	Atma
12 (2010)	60 m-80 m 100m. Engel 800 m-2000 m	Yüksek Atlama Uzun Atlama	Gülle (3 kg) – Disk (750 gr) Cirit (400 g)- Çekiç (3 kg)
13 (2009)	60 m-80 m 100 m. Engel 800 m-2000 m	Yüksek Atlama Uzun Atlama	Gülle (4kg) – Disk (1 kg) Cirit (600g)- Çekiç (4 kg)
14 (2008)	60 m-80 m 100m. Engel 800 m-2000 m	Yüksek Atlama Uzun Atlama	Gülle (4kg) – Disk (1 kg) Cirit (600g)- Çekiç (4 kg)

Tüm yaş grupları bir koşu, bir atlama ve bir atma branşında yarışmaktadır. Tablolarda belirtilen kategori altındaki branşlardan bir tane tercih edilecektir.

2.7. Sporda Çift Kariyerin Önemi

Sporcular için en büyük zorluklarından biri, üst düzey bir sporcu olma yolunda kendilerini geliştirirken, eğitim veya spor dışı kariyerleri için yeterli bir planlama yapmamalarıdır. Bu durum, sporculuk kariyerleri dışında bir yaşam için hazırlıksız yakalanmalarına neden olmakta, sporcuların yeniden kariyer planlaması yaparken zorlanmalarına neden olmaktadır. Bir çok popüler sporcu için bu geçiş süreci kolay olmasına rağmen daha az popüler veya bilinmeyen düzeyde ki sporcular için sürecin nasıl ilerlediği tam bilinmemektedir (Eggleston ve diğerleri, 2020). Sporcuların, özellikle elit düzeyde sporu bıraktıktan sonra bu gerçeklikle karşı karşıya kalmaları Türkiye'deki sporcular için de geçerlidir (Koçak ve diğerleri, 2023).

Spor alanında çift kariyer yaklaşımı, genç bir atletin hem sporcu kimliğini hem de akademik yolculuğunu eş zamanlı ve uyumlu bir şekilde sürdürebilmesine odaklanır. Elit seviyedeki sporcuların, çocukluk dönemlerinden itibaren hedeflenen kariyer yolunda ilerlemesi, derinlemesine ve karmaşık bir süreci gerektirir (Uslu, 2022)

Milli takımda 18 yaş ve üzerinde farklı branşlarda spor yapan 17 sporcudan bir çalışmada sporcu öğrencilerin, hem ulusal takımda sporculuk görevlerini yerine getirme hem de akademik eğitimlerini sürdürme çabası içindeyken, sosyal yaşantılarından aile hayatlarına, antrenör-öğretmen ilişkilerinden psikolojik durumlarına kadar birçok alanda karşılaştıkları zorlukların olduğunu, antrenman, yarışma ve akademik süreçte yüklerinin arttığı dönemde stres seviyelerini azaltmak için sosyalleşme ihtiyaçları olmasına rağmen buna zamanlarının olmaması hatta süreç içerisinde uykuya zaman

ayıramadıkları ve süreç içerisinde tek bir kariyere odaklandıkları tespit edilmiştir (Kahya, Yıldız, Kahya ve Ayılğan, 2022).

Türkiye’de farklı üniversitelerde okuyan 285 sporcu öğrencinin katıldığı çalışmada takım veya bireysel sporlarla uğraşan sporcu öğrencilerin sporu aktif olarak yaptıkları dönemde kariyer planlamasında özellikle milli sporcuların akademik dönem içerisindeyken kariyer problemlerinin farkında oldukları, yaşlarının artmasıyla bu alanda ki kaygılarında azalma olduğu tespit edilmiştir (Bozyiğit, Küçük Kılıç, Öncü ve Gürbüz, 2022).

2.8. Spor ve Akademik Başarı

Lisans eğitimi gören ve yaş ortalamaları 21,64 yıl olan bireyler üzerinde yapılan çalışmada, genç bireylerde fiziksel aktivitenin akademik başarıları incelenmiş ve düzenli yapılan fiziksel aktivitenin akademik başarıyı artırma üzerine olumlu etkileri olduğu gözlemlenmiştir (Serel Arslan ve diğerleri, 2018). Mücevher, Demirgil ve Erdem’in (2016) yaptıkları literatür incelemesine göre, spor branşlarıyla amatör veya profesyonel olarak ilgilenen öğrencilerin akademik başarılarının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Spor yapan öğrencilerin kendilerini daha zinde hissettikleri, ders yükünün stresini atmalarında fiziksel aktivitenin olduğu, böylece akademik kariyerlerine odaklanmakta kolaylık sağladığı saptanmıştır. Sporun, kişilik ve kişiliğin akademik başarılarını inceleyen bir çalışmada, düzenli olarak spor yapan 61, spor yapmayan 153 ortaokul öğrencisinin dahil edildiği çalışmada, çocukların spora katılması sonrasında sorumluluk duygularının arttığı, dışa dönük olduğu, kendilerini kolay ifade ettikleri tespit edilmiş ve buna bağlı olarak okul yaşantılarında spora devam ettikleri sürece bu özelliklerinin arttığı ve akademik başarılarının da arttığı bulunmuştur (Saygılı ve diğerleri, 2015). Karaburçak ve diğerlerinin (2021) 2015 yılından itibaren sporun akademik başarıyla ilişkisinin incelendiği 13 çalışma sonucuna göre, spor yapmayan çocuklarda aşırı kilo almanın yaygınlaştığı, ders yükünün ve ailelerin akademik başarıda beklentilerinin arttığı dönemlerde fiziksel aktivitenin akademik başarıyı destekleyici yanı önemli olarak karşımıza çıkmaktadır. Yapılmış bu araştırmalarda; dört (%30) çalışmada öğrencilerin akademik başarıları ile fiziksel aktivite düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, iki (%15) çalışmada negatif yönde zayıf düzeyde ilişki bulunmuştur. Yedi (%55) çalışmada ise öğrencilerinin akademik başarıları ile fiziksel aktivite düzeyi arasında pozitif yönde orta veya zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki

bulunmuştur (Karaburçak, Turhan ve Akalan, 2021). Türkiye Voleybol Federasyonu spor lisesinde öğrenim gören 14-17 yaş aralığında, 86 kadın ve 81 erkek sporcu öğrenci üzerinde yapılan araştırmada, akademik başarı motivasyonu arasında orta düzeyde ilişki görülmüştür. Ancak spor yapma yılına göre anlamlı farklılıklar gözlemlenmiş bunun nedeninin öğrencilerin gelecek yaşantılarında spor ve akademik devamlılığa önem vermelerinden kaynaklı olduğu tespit edilmiştir (Filiz ve Demirhan, 2018). Düzenli fiziksel aktivitelere katılan ortaokul 11-12 yaş kadın erkek öğrenciler üzerinde yapılan bir başka çalışmada ise erkek öğrencilerin düzenli spor yapma gün sayısı arttıkça Fen Bilimleri ve Matematik ders notlarında iyileşme olduğu, sözel derslerde ise değişim olmadığı gözlemlenmiştir. Kadın öğrencilerde ise farklılık gözlemlenmemiştir (Yıldız, 2017). Fiziksel aktivite ile vücutta oluşan stres hormonu ile kortizolün geri emilimi sağlanırken, salgılanan endorfin, norepinefrin ve serotonin gibi nörotransmitterler spor yapanların, yapmayanlara göre daha iyi, daha mutlu ve daha öz güvenli olduklarını belirtmişlerdir. Düzenli spora katılım ile hem fiziksel hem de zihinsel beceri yeteneklerin geliştirilmesi daha kolay olurken, dikkati verme, zor zamanlarda çözüm üretme, kendini kontrol etme, sosyal çevreye hızlı uyum, iletişim gibi becerilerinin gelişmesini sağlamaktadır (Mollaoğulları ve Uluç, 2019). Amerika Birleşik Devletleri'nde üniversite okuyan Ulusal Kolej Atletizm Derneği'nin belirlediği standartlara göre (NCAA) bölüm 3 sporcu atletler arasında spora katılımın mezuniyete etkisi adlı araştırma yapılmıştır. Çalışma sonucunda tüm kolej sporcularının %30'unun bölüm 3'te yarıştığı ve başka okula transfer olmayan öğrenci sporcuların, sporcu olmayanlara kıyasla daha yüksek ağırlıklı not ortalamasına (GPA Grade Point Average) sahip oldukları belirtilmiştir. Ayrıca transfer olan öğrenci sporcuların ise sporcu olmayanlarla benzer ağırlıklı not ortalamasına sahip oldukları, mezuniyet oranları sporcular için daha yüksek olduğu tespit edilmiş ve spora katılımın akademik performansı olumsuz etkilemediği gözlemlenmiştir (Robst ve Keil, 2000). İrlanda'da 2008-2011 yılları arasında belirlenmiş bir ortaokuldan mezun olan 402 erkek çocuğun okul bitirme notları ve spora katılımları (bireysel ve takım sporları) incelenmiş, spora katılımın mezuniyet puanına 24,5 puanlık fayda sağladığı, en yüksek puanın bireysel spor olan kürek sporuna katılımda elde edildiği tespit edilmiştir. Okul sporlarına katılımı sağlamak, ferdi ve takım sporlarına erişimi kolaylaştırmak öğrencilerin mezuniyet notlarının daha iyi olmalarını sağladığı gözlemlenmiştir (Bradley, Keane ve Crawford, 2013). Ergenlik döneminde farklı spor branşlarının akademik performansla uzun süreli ilişkilerini belirlemek amacıyla Japonya Saporro şehri ve çevre şehirlerde

yedinci sınıfta okuyan 463 öğrenci (227 kadın ve 236 erkek) 2 yıl boyunca takip edilmiştir. Çalışmada karmaşık motor becerilerinin gelişimine bireysel sporlar ile takım sporları arasındaki farklara bakılmıştır. Çocukların katıldıkları spor aktiviteleri, katılım süreleri, akademik performans ve kardiyorespiratuar gelişimleri ile ilgili veriler başlangıçtan itibaren 2 yıl boyunca takip edildi. Tüm spor aktivitelerine katılım ile akademik performansın gelişimi pozitif olarak tespit edilmiştir. Karmaşık motor beceri isteyen bireysel spor aktivitelerinde de akademik performansın gelişimi doğrudan ilişkili olarak tespit edilmiştir. Hem takım hem de ferdi sporlarda kardiyorespiratuar gelişimi pozitif yönde ilerlerken spor aktivitesini bırakmak kardiyorespiratuar kazanımında gerileme gözlemlenmiştir. Çalışma sonucunda daha karmaşık motor beceriler gerektiren bireysel sporların akademik performans için önemli yararları olabileceği düşünülmekte sporu bırakanın elde edilen faydaları tersine çevirdiği buna bağlı spora sürekli katılımın akademik başarı için önemli olduğu düşünülmektedir (Ishihara ve diğerleri, 2020). Akademik başarıları ile yaptıkları spor türlerinin ilişkisine bakılan çalışmaya 89 erkek ve 105 kadın olmak üzere toplam 194 ortaokul üçüncü sınıf öğrencisi katılmıştır. Çalışmada bireysel sporlar yapan 34 çocuk, takım sporu yapan 73 çocuk, toplam 107 öğrenci aktif spor yapmaktadır. Çalışma sonucunda sporcu olan ve olmayanlar arasında akademik başarılarında önemli bir fark görülmediği ancak bireysel spor yapan öğrencilerin takım sporu yapan öğrencilere göre akademik başarılarının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Daha uzun süre spor deneyimi olan öğrencilerinde her iki cinsiyette akademik başarılarının daha iyi olduğu gözlemlenmiştir (Tubic, Djordjic, Milic ve Protic-gava, 2015). Amerika Birleşik Devletleri Kuzey Karolina eyaletinde bir ilçede bulunan 14 okulda toplam 6. ve 9. sınıf öğrencilerinin yaptıkları spor ile akademik başarılarının ilişkisine bakılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde öğrencilerin aktif katılım gösterdikleri branşlardan sonra ilk notları ile son notları arasında anlamlı iyileşme olduğu gözlemlenmiştir. Çalışmada çocukların benlik saygısı ve pozitif beden imajı algılarının akademik başarıya etkisine bakılmış ve çalışma sonunda benlik saygısında ki artışın pozitif beden imajı algıları ile birlikte akademik başarıya olumlu etki ettiği tespit edilmiştir (Wretman, 2017). Fiziksel aktivite ile matematik başarısının ilişkisinin incelendiği başka bir çalışmada, günde iki saat planlanmış fiziksel aktivitenin düzenli olarak tekrarlanması durumunda matematik başarılarının yüksek olduğu gözlemlenmiş ve buna bağlı olarak hem matematik hem fiziksel aktivite başarısı ile benlik saygılarında pozitif yönde iyileşme olmuştur (Dapp ve Roebers, 2019).

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları verilerin analizi, korelasyon katsayısı değerleri, etik ile ilgili hususlara ilişkin bilgiler bulunmaktadır.

3.1. Araştırma Modeli

Araştırma modeli ilişkisel tarama modelinde olup Türkiye Atletizm Federasyonunun faaliyet programında yer alan SEM seçmelerine katılan sporcuların ISF puanları ile ders notları arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

3.2. Araştırma Grubu

Bu araştırmanın örneklem grubunu atletizm branşında SEM seçmelerine katılan beş ile sekizinci sınıf arasındaki 10-14 yaş grubu, 260 erkek ve 276 kız sporcu oluşturmuştur. Erkek sporcuların yaş ortancaları 12,3 yıl ve kadın sporcuların yaş ortancaları 12,0 yıl şeklindedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Sporcuların 2022 yılı SEM seçme yarışları sonuçları TAF internet sitesinden alınmıştır. Bu yarışmalarda her bir sporcu bir atma, bir atlama ve bir koşma yapmıştır. Sporcuların sıralamalarını, Koşu ISF+Atma ISF+Atlama ISF puanları toplanarak elde edilen Toplam ISF puanları belirlemiştir.

Çalışmaya katılan sporcuların karneleri ise ailelerinden resmi izin alınarak istenmiştir. Türkçe, Matematik, Fen bilgisi, Sosyal Bilgiler, Yabancı Dil, Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi, Görsel Sanatlar, Beden Eğitimi ve Spor, Teknoloji ve Tasarım ders notları ve dönem sonu ortalamalarına bakılmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Yarışma verileri 2022 yılında altı farklı ilde (Ankara, Bursa, Diyarbakır, İzmir, Trabzon, Mersin) yapılan SEM seçmeleri sonuçlarından oluşmaktadır. Sporcular 2022 yılında kendi bölgelerine en yakın altı farklı ilde yapılan SEM seçmelerinden birine katılmıştır. Yarışma sonuçları Türkiye Atletizm Federasyonun resmi internet sitesinden alınmıştır. Çalışmaya katılan sporcuların karne notları ailelerinden izin alınarak toplanmıştır.

Yarışma sonuçlarındaki Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF, Toplam ISF puanları ile dersler ve dönem ortalamalarındaki karne notları her bir sporcu için ayrı ayrı kaydedilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Mevcut çalışmadan elde edilen verilerin normal dağılım varsayımına uygunluğu için normallik testleri yapılmıştır. Çalışmada elde edilen verilerin basıklık çarpıklık değeri ± 2 aralığında olmasına rağmen, Kolmogorov-Smirnov (KS) testi sonucu normal dağılım sergilemediği için, ilişkilerin tespit edilmesinde Spearman korelasyon analizi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi tüm analizler için $p < 0,05$ olarak kabul edildi.

Çalışmadan elde edilen verilerin analizi için Excel (Analyses Tool Pack) ve SPSS (v.26) programı kullanılmıştır.

Tablo 3.1. Sporcuların KoşuISF, AtmaISF, AtlamaISF, ToplamISF ve Dönem sonu notları normallik testi tablosu

	n	X	Basıklık		Çarpıklık		KS
			İstatistik	SH	İstatistik	SH	p
Yaş (yıl)		12,1	-0,94	0,21	-0,02	0,11	0,00
KoşuISF		58,8	0,04	0,21	-0,47	0,11	0,01
AtmaISF	536	30,8	0,91	0,21	0,70	0,11	0,00
AtlamaISF		39,9	-0,46	0,21	-0,07	0,11	0,00
ToplamISF		129,3	0,22	0,21	-0,08	0,11	0,00
Dönemsonunotları		83,7	0,17	0,21	-0,36	0,11	0,03

Sporcuların Yaş, KoşuISF, AtmaISF, AtlamaISF, ToplamISF, Dönem sonu notları incelendiğinde basıklık ve çarpıklık değeri ± 2 standart sapma içerisinde fakat KS testi sonucuna göre normal dağılım sergilemediği tespit edilmiştir.

3.6. Korelasyon katsayısı değerleri

Korelasyon katsayılarının değerlendirilmesinde;

- 0,00-0,19 arasında ilişki yok ya da önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki,
- 0,20-0,39 arasında zayıf (düşük düzeyde),
- 0,40-0,69 orta düzeyde,
- 0,70-0,89 arası kuvvetli (yüksek düzeyde) derecede,
- 0,90-1,00 arasında çok kuvvetli düzeyde şeklinde sınıflandırma kabul edilmiştir

(Alpar, 2022).

3.7. Etik ile ilgili hususlar

Mevcut çalışma için Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Alanı Bilimsel Araştırmalar ve Yayın Etiği Kurulundan (Sayı:E-70561447-050.01.04-98383, EK-1) etik kurul izni alınmıştır.

4. BULGULAR

Çalışmaya katılan sporcuların yaş ve sınıf ortancaları Tablo 4.1’de, yaş aralıklarına göre medyanları Tablo 4.2’de, erkek sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanlarıyla ders notları arası ilişki tablosu Tablo 4.3’de, kadın sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanlarıyla ders notları arası ilişki tablosu Tablo 4.4’de, yaşlara göre ISF puanları ile ders notları arasındaki ilişki Tablo 4.5-15 arasında ve dönem ortalamalarıyla ders notları arasındaki ilişki tablosu Tablo 4.16’da verilmiştir.

Bu bölümde sporcuların tanımlayıcı verileri olan yaş, cinsiyet, sınıf durum bilgileri medyan ve çeyreklikler şeklinde verilmiştir.

Tablo 4.1. Çalışmaya katılan sporcuların yaş ve sınıf ortalamaları

Cinsiyet	n	Yaş					Sınıf	
		Ort	SS	Med.	%25	%75	Ort. Sınıf	Med. Sınıf
Erkek	260	12,3	1,2	12,3	11,3	13,3	6,9	7
Kadın	276	12,0	1,2	12,0	11,1	13,0	6,7	7

Çalışmaya 260 erkek ve 276 kadın sporcu olmak üzere 536 sporcu katılmıştır. Erkeklerin yaş ortancası 12,3 ve kadınların yaş ortancası 12,0 yıl olarak tespit edilmiştir.

Tablo 4.2. Çalışmaya katılan sporcuların yaş aralıklarına göre sayıları ve yaş ortalamaları

Yaş Aralığı	Cinsiyet	n	Ort.	SS	Medyan	%25	%75
10 yaş	Erkek	43	10,6	0,3	10,7	10,3	10,8
	Kadın	56	10,3	0,4	10,4	10,0	10,7
11 yaş	Erkek	57	11,5	0,3	11,4	11,2	11,7
	Kadın	74	11,5	0,3	11,4	11,2	11,8
12 yaş	Erkek	72	12,4	0,3	12,3	12,2	12,6
	Kadın	75	12,4	0,3	12,2	12,1	12,7
13 yaş	Erkek	59	13,4	0,3	13,4	13,2	13,7
	Kadın	62	13,3	0,3	13,3	13,1	13,6
14 yaş	Erkek	29	14,1	0,1	14,1	14,0	14,2
	Kadın	9	14,1	0,1	14,1	14,0	14,3

Çalışmaya katılan erkek sporcuların 10 yaş ortancası 10,7 yıl, 11 yaş ortancası 11,4 yıl, 12 yaş ortancası 12,3 yıl, 13 yaş ortancası 13,4 yıl ve 14 yaş ortancası 14,1 yıl olarak tespit edilmiştir.

Çalışmaya katılan kadın sporcuların 10 yaş ortancası 10,4 yıl, 11 yaş ortancası 11,4 yıl, 12 yaş ortancası 12,2 yıl, 13 yaş ortancası 13,3 yıl ve 14 yaş ortancası 14,1 yıl olarak bulgulanmıştır.

Tablo 4.3. Erkek sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=260 Erkek		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	0,03	0,03	-0,04	0,13	-0,06	0,05	-0,04	-0,04	-0,01	-0,05
	p	0,66	0,63	0,52	0,04*	0,32	0,41	0,55	0,49	0,83	0,39
Atma ISF	rho	-0,11	-0,10	-0,07	-0,06	-0,05	-0,10	-0,04	-0,02	0,16	0,07
	p	0,07	0,13	0,30	0,29	0,41	0,11	0,56	0,77	0,01*	0,30
Atlama ISF	rho	0,03	0,05	-0,02	0,07	-0,02	0,07	-0,02	0,01	0,09	0,00
	p	0,65	0,41	0,79	0,23	0,75	0,26	0,81	0,86	0,14	0,98
Toplam ISF	rho	-0,01	0,00	-0,04	0,07	-0,03	0,03	-0,04	0,03	0,09	0,01
	p	0,90	0,95	0,58	0,27	0,59	0,59	0,51	0,68	0,15	0,90

* $p < 0,05$

Çalışmaya katılan erkek sporcuların Koşu ISF puanıyla Sosyal Bilgiler dersi arasında pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki tespit edilmiş diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Atma ISF puanıyla Beden Eğitimi ve Spor dersi arasında pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki bulunmuş, diğer dersler arasında ilişki bulgulanamamıştır.

Atlama ISF puanı ve Toplam ISF puanı arasında hiçbir dersle ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 4.4. Kadın sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=276 Kadınlar		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	0,01	-0,06	-0,03	0,06	-0,00	0,11	0,12	0,04	0,04	0,18
	p	0,84	0,30	0,60	0,32	0,95	0,07	0,04*	0,47	0,50	0,00*
Atma ISF	rho	0,00	-0,08	-0,08	-0,01	-0,06	0,05	0,05	-0,05	0,04	0,19
	p	0,95	0,17	0,21	0,81	0,31	0,44	0,40	0,39	0,56	0,00*
Atlama ISF	rho	-0,02	-0,11	-0,08	-0,01	-0,06	0,03	0,10	0,01	0,01	0,22
	p	0,70	0,06	0,14	0,87	0,36	0,58	0,11	0,90	0,83	0,00*
Toplam ISF	rho	-0,01	-0,12	-0,08	0,02	-0,04	0,08	0,13	-0,02	0,02	0,23
	p	0,88	0,05*	0,19	0,79	0,51	0,19	0,03*	0,77	0,73	0,00*

* $p < 0,05$

Çalışmaya katılan kadın sporcuların Koşu ISF puanıyla Görsel sanatlar dersi ve Teknoloji Tasarım dersi arasında pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki, diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Atma ISF puanı ile Teknoloji Tasarım dersi arasında pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki bulunmuş, diğer dersler arasında ilişki bulunamamıştır.

Atlama ISF puanı ile Teknoloji Tasarım dersi arasında pozitif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş, diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Toplam ISF puanı ile Matematik dersi arasında negatif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki, Görsel Sanatlar dersi ile pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki, Teknoloji Tasarım dersiyle pozitif yönde zayıf düzeyde ilişki bulunmuş diğer dersler arasında ilişki bulunamamıştır.

Tablo 4.5. 10 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=43 Erkek		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	-0,10	-0,15	-0,36	0,08	-0,37	0,00	0,19	0,18	0,09	-0,08
	P	0,52	0,33	0,02*	0,61	0,02*	0,99	0,23	0,61	0,57	0,62
Atma ISF	rho	-0,26	-0,19	-0,16	-0,09	-0,27	-0,09	0,05	0,07	0,25	0,09
	p	0,09	0,22	0,32	0,58	0,08	0,55	0,78	0,64	0,10	0,57
Atlama ISF	rho	0,05	0,01	-0,14	0,21	-0,18	0,17	0,23	0,08	0,12	0,03
	p	0,77	0,93	0,37	0,18	0,25	0,28	0,14	0,59	0,43	0,87
Toplam ISF	rho	-0,12	-0,11	-0,29	-0,08	-0,33	0,06	0,22	0,14	0,17	0,02
	p	0,44	0,48	0,06	0,62	0,03*	0,70	0,15	0,38	0,27	0,89

* $p < 0,05$

Çalışmaya katılan 10 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF puanıyla Fen Bilimleri dersi ve Yabancı Dil dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Atma ISF puanı ve Atlama ISF puanı ile dersler arasında ilişki bulgulanamamıştır.

Toplam ISF puanı ile Yabancı Dil dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 4.6. 10 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=56 Kadın		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	-0,10	-0,20	-0,30	-0,12	-0,24	-0,06	0,19	-0,07	0,20	0,23
	p	0,47	0,15	0,02*	0,38	0,07	0,67	0,15	0,59	0,13	0,08
Atma ISF	rho	-0,21	-0,23	-0,37	-0,20	-0,33	-0,08	0,14	-0,21	0,08	0,13
	p	0,12	0,09	0,01*	0,14	0,02*	0,58	0,32	0,12	0,58	0,35
Atlama ISF	rho	-0,12	-0,22	-0,39	-0,18	-0,30	-0,15	0,10	-0,16	0,14	0,18
	p	0,40	0,10	0,00*	0,18	0,02*	0,27	0,48	0,24	0,32	0,18
Toplam ISF	rho	-0,14	-0,24	-0,39	-0,18	-0,31	-0,11	0,14	0,15	0,17	0,18
	p	0,32	0,07	0,00*	0,18	0,02*	0,42	0,31	0,29	0,23	0,19

* $p < 0,05$

Çalışmaya katılan 10 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF puanıyla Fen Bilimleri dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş, diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Atma ISF puanıyla Fen Bilimleri ve Yabancı Dil dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki bulgulanmış olup diğer dersler arasında ilişki tespit bulgulanamamıştır.

Atlama ISF puanıyla Fen Bilimleri ve Yabancı Dil dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş, diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Toplam ISF puanıyla Fen Bilimleri ve Yabancı Dil dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki bulunmuş, diğer dersler arasında ilişki bulunamamıştır.

Tablo 4.7. 11 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=57 Erkek		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	0,27	0,19	0,15	0,28	0,05	0,19	-0,08	-0,03	-0,6	-0,01
	p	0,04*	0,17	0,28	0,04*	0,70	0,16	0,54	0,84	0,68	0,94
Atma ISF	rho	0,02	-0,02	0,00	-0,09	-0,02	-0,07	0,11	0,11	0,17	-0,09
	p	0,90	0,90	0,97	0,49	0,87	0,62	0,40	0,42	0,21	0,52
Atlama ISF	rho	0,24	0,21	0,25	0,26	0,23	0,17	-0,08	-0,06	-0,05	-0,13
	p	0,07	0,11	0,06	0,05	0,08	0,20	0,54	0,68	0,74	0,35
Toplam ISF	rho	0,25	0,14	0,17	0,22	0,10	0,16	-0,03	0,11	-0,05	-0,09
	p	0,06	0,29	0,22	0,10	0,49	0,24	0,84	0,44	0,73	0,49

* $p < 0,05$

Çalışmaya katılan 11 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF puanıyla Türkçe ve Sosyal Bilgiler dersi arasında pozitif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş, diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 4.8. 11 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=74 Kadın		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	0,04	-0,21	0,01	0,00	0,05	-0,12	0,08	0,02	0,05	-0,02
	P	0,74	0,07	0,90	0,99	0,70	0,33	0,48	0,86	0,65	0,85
Atma ISF	rho	0,07	-0,20	-0,17	-0,16	-0,04	-0,15	-0,04	-0,08	0,12	0,14
	p	0,56	0,09	0,16	0,17	0,77	0,22	0,72	0,49	0,32	0,22
Atlama ISF	rho	0,00	-0,22	-0,15	-0,09	-0,09	-0,18	0,14	-0,02	0,01	0,18
	p	0,99	0,06	0,19	0,46	0,44	0,14	0,24	0,89	0,92	0,13
Toplam ISF	rho	0,03	-0,30	-0,13	-0,11	-0,03	-0,19	0,06	-0,05	0,05	0,09
	p	0,77	0,00*	0,25	0,36	0,78	0,10	0,61	0,65	0,65	0,43

* $p < 0,05$

Çalışmaya katılan 11 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF puanı, Atma ISF puanı ve Atlama ISF puanı ile dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Toplam ISF puanıyla Matematik dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş diğer dersler ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 4.9. 12 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=72 Erkek		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	-0,09	-0,05	-0,05	0,12	-0,13	0,07	-0,05	-0,15	0,03	-0,02
	P	0,47	0,71	0,67	0,32	0,27	0,55	0,69	0,22	0,81	0,90
Atma ISF	rho	-0,09	-0,03	-0,03	-0,15	-0,00	-0,14	-0,05	0,03	0,17	0,07
	p	0,48	0,24	0,79	0,20	0,98	0,24	0,68	0,79	0,16	0,57
Atlama ISF	rho	-0,09	-0,00	-0,06	0,04	-0,10	-0,04	0,08	0,08	0,12	0,13
	p	0,46	0,97	0,64	0,76	0,42	0,77	0,53	0,50	0,33	0,28
Toplam ISF	rho	-0,11	-0,08	-0,03	0,01	-0,07	0,01	0,02	-0,03	0,11	0,07
	p	0,37	0,53	0,82	0,94	0,58	0,96	0,88	0,80	0,34	0,54

* $p < 0,05$

Çalışmaya katılan 12 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 4.10. 12 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=75 Kadın		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	0,05	0,02	0,03	0,20	-0,00	0,18	0,10	0,19	-0,06	0,03
	P	0,66	0,90	0,77	0,09	0,99	0,13	0,39	0,11	0,64	0,81
Atma ISF	rho	0,25	0,11	0,13	0,17	0,05	0,21	0,11	0,03	0,03	0,16
	p	0,03*	0,35	0,28	0,14	0,65	0,08	0,36	0,81	0,83	0,16
Atlama ISF	rho	0,08	0,05	0,04	0,10	0,07	0,20	0,14	0,09	-0,04	0,04
	p	0,52	0,68	0,77	0,37	0,56	0,09	0,23	0,46	0,74	0,71
Toplam ISF	rho	0,18	0,10	0,09	0,25	0,07	0,33	0,22	0,15	-0,04	0,14
	p	0,13	0,40	0,46	0,03*	0,57	0,00*	0,06	0,21	0,72	0,23

* $p < 0,05$

Çalışmaya katılan 12 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF puanı ve Atlama ISF puanıyla dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Atma ISF puanıyla Türkçe dersi arasında pozitif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Toplam ISF puanıyla Sosyal Bilgiler dersi ve Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi dersiyle pozitif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 4.11. 13 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=59 Erkek		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	-0,12	-0,09	-0,08	-0,10	-0,03	-0,09	-0,18	-0,05	0,02	-0,12
	P	0,38	0,48	0,57	0,44	0,82	0,52	0,17	0,71	0,91	0,36
Atma ISF	rho	-0,18	-0,15	-0,09	0,01	-0,04	-0,05	-0,13	-0,05	0,20	0,15
	p	0,19	0,26	0,51	0,97	0,79	0,74	0,33	0,72	0,14	0,27
Atlama ISF	rho	-0,07	-0,11	-0,12	-0,07	-0,09	0,01	-0,18	0,00	0,19	0,02
	p	0,60	0,43	0,37	0,62	0,49	0,94	0,18	0,98	0,16	0,86
Toplam ISF	rho	-0,15	-0,14	-0,13	-0,07	-0,05	-0,07	-0,22	-0,00	0,15	0,00
	p	0,26	0,31	0,32	0,58	0,71	0,58	0,09	0,95	0,27	0,94

* $p < 0,05$

Çalışmaya katılan 13 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 4.12. 13 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=62 Kadın		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	0,11	0,15	0,14	0,13	0,13	0,29	0,18	0,15	-0,02	0,44
	P	0,41	0,25	0,75	0,31	0,32	0,03*	0,16	0,26	0,87	0,00*
Atma ISF	rho	0,01	0,09	0,04	0,11	0,05	0,20	0,16	0,08	-0,10	0,25
	p	0,94	0,47	0,76	0,41	0,72	0,13	0,21	0,52	0,44	0,06
Atlama ISF	rho	-0,01	-0,00	0,04	0,05	0,10	0,14	0,14	0,19	0,08	0,37
	p	0,95	0,97	0,77	0,73	0,44	0,28	0,29	0,15	0,54	0,00*
Toplam ISF	rho	0,06	0,12	0,05	0,13	0,13	0,23	0,23	0,16	-0,02	0,46
	p	0,65	0,34	0,71	0,30	0,32	0,07	0,08	0,22	0,85	0,00*

* $p < 0,05$

Çalışmaya katılan 13 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF puanıyla Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi dersi arasında pozitif yönde zayıf düzeyde düşük ilişki, Teknoloji ve Tasarım dersi arasında orta düzeyde ilişki tespit edilmiş, diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Atma ISF puanıyla dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Atlama ISF puanıyla Teknoloji ve Tasarım dersi arasında pozitif yönde zayıf düzeyde düşük ilişki tespit edilmiş, diğer dersler arasında ilişki bulunamamıştır.

Toplam ISF puanıyla Teknoloji ve Tasarım dersi arasında orta düzeyde düşük ilişki tespit edilmiş, diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 4.13. 14 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=29 Erkek		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	-0,07	0,09	0,15	0,07	0,13	-0,15	0,14	-0,13	-0,10	-0,25
	p	0,74	0,64	0,44	0,72	0,50	0,45	0,46	0,49	0,60	0,19
Atma ISF	rho	-0,22	-0,10	0,15	-0,07	0,14	-0,13	-0,10	-0,03	-0,07	-0,03
	p	0,26	0,64	0,44	0,72	0,46	0,49	0,59	0,90	0,73	0,88
Atlama ISF	rho	-0,11	0,03	0,19	-0,13	0,13	-0,12	0,15	-0,25	-0,07	-0,40
	p	0,59	0,88	0,33	0,49	0,52	0,53	0,45	0,18	0,73	0,03*
Toplam ISF	rho	-0,16	0,02	0,27	-0,02	0,25	-0,13	0,01	-0,21	-0,05	-0,38
	p	0,42	0,92	0,15	0,93	0,20	0,51	0,96	0,29	0,79	0,05*

Çalışmaya katılan 14 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF puanı ve Atma ISF puanı ile dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Atlama ISF puanıyla Teknoloji Tasarım dersi arasında negatif yönde orta düzeyde ilişki, Toplam ISF puanıyla negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş diğer dersler ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 4.14. 14 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ders notları arası ilişki tablosu

n=9 Kadın		Türkçe	Matematik	FB	SB	YD	DKAB	GS	Müzik	BES	TT
Koşu ISF	rho	0,21	0,29	-0,18	0,22	0,65	0,55	0,23	-0,06	0,55	0,26
	p	0,59	0,31	0,64	0,57	0,06	0,13	0,55	0,89	0,13	0,50
Atma ISF	rho	-0,42	-0,30	-0,53	0,05	-0,27	0,52	-0,32	0,04	0,55	-0,08
	p	0,27	0,43	0,14	0,90	0,49	0,15	0,40	0,93	0,13	0,83
Atlama ISF	rho	0,08	0,03	-0,03	0,26	0,00	0,08	-0,05	0,48	0,55	0,22
	p	0,83	0,93	0,93	0,50	1,00	0,85	0,91	0,20	0,13	0,58
Toplam ISF	rho	-0,08	-0,03	-0,30	0,20	0,15	0,37	0,23	0,09	0,55	0,08
	p	0,83	0,93	0,43	0,60	0,70	0,33	0,56	0,82	0,13	0,83

Çalışmaya katılan 14 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF puanı, Atma ISF puanı, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla ile dersler arasında ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 4.15. Sporcuların dönem sonu karne notlarıyla KoşuISF, AtmaISF, AtlamaISF, KoşuISF puanları ilişkisi tablosu

n=536		KoşuISF	AtmaISF	AtlamaISF	ToplamISF
Dönem Sonu Notu	rho	0,03	-0,04	0,00	0,01
	P	0,46	0,31	1,00	0,74

Çalışmaya katılan sporcuların dönem sonu notlarıyla KoşuISF, AtmaISF, AtlamaISF, KoşuISF puanları arasında ilişki tespit edilememiştir.

5. TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Atletizm branşında 10-14 yaş grubu çocukların çoklu branş performansları ile akademik başarıları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla yapılan araştırmanın bulguları bu bölümde tartışılmıştır.

Spora katılım ve akademik başarı üzerine yapılan çeşitli çalışmaların katılımcı sayıları, araştırma kapsamı ile mevcut çalışmanın katılımcı sayıları ve araştırma bölgeleri karşılaştırılmıştır. Filiz ve Demirhan'ın (2018) çalışmasına Türkiye Voleybol Federasyonu Spor Lisesinde eğitim öğrenim gören 14-17 yaş aralığında 167 sporcu katılmıştır. Bradley ve diğerlerinin (2013) çalışmasına ortaokuldan mezun olan 402 erkek çocuk katılmıştır. Serel Aslan ve diğerlerinin genç bireylerde fiziksel aktivitenin akademik başarı ve depresyon üzerine yaptıkları çalışmaya yaş ortalaması 21.64 ± 0.97 olan 140 kişi katılım sağlamıştır. Ishihara ve diğerlerinin (Ishihara ve diğerleri, 2020) farkı spor branşları yapan yedinci sınıf öğrencileri üzerindeki yapmış olduğu çalışmaya 463 kişi katılmıştır. Zhang ve diğerinin (2023) yılında yapmış olduğu çalışmaya 10-14 yaş aralığında 27.594 çocuk katılım sağlamıştır. Çalışmaya katılan erkeklerin yaş ortancası 12,3 yıl ve kızların yaş ortancası 12,0 yıl olarak tespit edilmiştir. Mevcut çalışmaya diğer yapılmış çalışmalardan farklı olarak yedi bölge ve 22 ilden 260 erkek ve 276 kız olmak üzere toplam 536 sporcu katılmıştır. Bu araştırma katılımcı sayısı yönüyle diğer araştırmalarla benzerlik gösterirken, araştırmanın yapıldığı kapsam bakımından en geniş alanda yapılan çalışma olduğu söylenebilir.

Literatürde spora katılım ve olumlu akademik başarı üzerine yapılmış çeşitli çalışmalar, farklı yaş gruplarında sporun zihinsel gelişime olumlu katkı sağladığını ve buna bağlı akademik başarıyı artırabileceğini öne sürmektedir. Sporun öğrencilerin genel akademik performansını etkileyebileceği ve bireysel spor tercihleri ile akademik başarı arasında belirgin ilişkiler olabileceği konularında çalışmalar çeşitlilik göstermektedir. Mücevher ve diğerleri (2016) sporla ilgilenen öğrencilerin akademik başarılarının genellikle yüksek olduğunu, bu durumun sporun öğrencilere fiziksel aktivite ile birlikte stres atma ve zindelik hissi sağlama fırsatı vererek akademik kariyerlerine odaklanmalarına yardımcı olduğu şeklinde açıklamıştır. Lisans eğitimi gören genç bireyler üzerinde yapılan bir başka çalışmada, düzenli fiziksel aktivitenin, kognitif fonksiyonları geliştirebileceği ve bu durumun akademik performansa olumlu olarak yansıdığı tespit edilmiştir (Serel Arslan ve diğerleri, 2018). Japonya'da iki yıl boyunca yapılan araştırmada, tüm spor aktivitelerine katılım gösteren öğrencilerin

akademik performans gelişimleri pozitif yönde iyileşirken, özellikle karmaşık motor beceri isteyen bireysel sporların akademik performansın gelişimine etkisinin doğrudan olduğu tespit edilmiştir (Ishihara ve diğerleri, 2020). Kişilik ve kişilik özelliklerini inceleyen farklı bir çalışmada, spora katılımın çocuklarda sorumluluk duygularını artırarak dışa dönüklüğü teşvik ettiği, buna bağlı olarak genç bireylerin kişisel gelişimlerini destekleyen ve akademik başarılarına olumlu katkı sağlayan önemli bir nokta olduğu tespit edilmiştir (Saygılı ve diğerleri, 2015). Karaburçak ve diğerleri (2021) 2015 yılından itibaren sporun akademik başarıyla ilişkisinin incelendiği 13 çalışma sonucuna göre, spor yapmayan çocuklarda aşırı kilo almanın yaygınlaştığı, ders yükünün ve ailelerin akademik başarıda beklentilerinin arttığı dönemlerde, fiziksel aktivitenin akademik başarıyı destekleyici yanının önemli olduğunu belirtmişlerdir. Yapılmış olan yedi çalışmada, öğrencilerin akademik başarıları ile fiziksel aktivite düzeyi arasında pozitif yönde orta veya zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Düzenli olarak yapılan fiziksel aktivite sonrası vücutta oluşan stres hormonu ile kortizolün geri Emilimi sağlanırken, salgılanan endorfin, norepinefrin ve serotonin gibi nörotransmitterlerin spor yapanların, yapmayanlara göre daha iyi, daha mutlu ve daha özgüvenli hissetmesini sağladığı belirtilmiştir. Aynı zamanda hem fiziksel hem de zihinsel becerilerin geliştirilmesi daha kolay olurken, dikkati verme, zor zamanlarda çözüm üretme, kendini kontrol etme, sosyal çevreye hızlı uyum, iletişim gibi becerilerinin gelişmesini sağladığı tespit edilmiştir (Mollaoğulları ve Uluç, 2019). Türkiye Voleybol Federasyonu Spor Lisesinde eğitim gören öğrenciler üzerinde yapılan araştırmada, akademik başarı motivasyonu ile spor yapma arasında orta düzeyde bir ilişki olduğunu, öğrencilerin spor yapmalarında, geleceklerindeki spor ve akademik devamlılık için bir motivasyon kaynağı olarak gördüklerini tespit etmişlerdir (Filiz ve Demirhan, 2018). Robst ve Keil'in (Robst ve Keil, 2000) NCAA (National Collegiate Athletic Association) üzerine yaptığı araştırma, kolej düzeyinde spor yapan öğrencilerin, spora katılmayanlara göre daha yüksek mezuniyet oranlarına sahip olduğu, sporun öğrencilerin disiplin, liderlik ve organizasyon becerilerini geliştirerek akademik başarılarını olumlu yönde etkileyebileceğini belirtmişlerdir. İrlanda'da 2008-2011 yılları arasında tek bir ortaokuldan mezun olan 402 erkek çocuğun okul bitirme notları ve spora katılımları (bireysel ve takım sporları) incelenmiştir. Spora katılımın mezuniyet puanına 24.5 puanlık fayda sağladığı, en yüksek puanın bireysel spor olan kürek sporuna katılımda elde edildiği, okul yönetimleri tarafından okul sporlarına katılımı sağlamanın, ferdi ve takım sporlarına erişimi kolaylaştırmanın öğrencilerin

mezuniyet notlarının daha iyi olmasına olumlu yönde fayda sağladığı gözlemlenmiştir (Bradley ve diğerleri, 2013). Ergenlik döneminde farklı spor branşlarının akademik performansla uzun süreli ilişkilerini belirlemek amacıyla Japonya’da 7. sınıfta okuyan 463 öğrenci 2 yıl boyunca takip edilmiş, karmaşık motor becerilerinin gelişimine bireysel sporlar ile takım sporları arasındaki farklılara bakılmıştır. Tüm spor aktivitelerine katılım ile akademik performansın gelişimi pozitif olarak tespit edilmiş, karmaşık motor beceri isteyen bireysel spor aktivitelerinde de akademik performansın gelişiminin doğrudan ilişkili olduğu, hem takım hemde ferdi sporlarda, kardiyorespiratuar gelişimi pozitif yönde gelişirken spor aktivitesini bırakan çocuklarda kardiyorespiratuar kazanımında gerileme olduğu gözlemlenmiştir. Çalışma sonucunda daha karmaşık motor beceriler gerektiren bireysel sporların akademik performans için önemli yararları olabileceği düşünülmekte, sporu bırakmanın elde edilen faydaları tersine çevirdiği ve buna bağlı olarak spora sürekli katılımın akademik başarı için önemli olduğu düşünülmektedir (Ishihara ve diğerleri, 2020). Akademik başarıları ile yaptıkları spor türlerinin ilişkisine bakılan farklı bir çalışmada, sporcu olan ve olmayan kişilerin akademik başarıları arasında anlamlı bir fark bulgulanamamıştır. Fakat bireysel spor yapan öğrencilerin, takım sporu yapanlara göre akademik başarılarının daha yüksek olduğu ve daha uzun süreli spor yapan kişilerin akademik başarılarının daha iyi olduğu tespit edilmiştir (Tubic ve diğerleri, 2015). Wretman (2017) yapmış olduğu çalışmada, öğrencilerin aktif katılım sağladıkları spor branşlarında ilk notları ile son notları arasında anlamlı bir iyileşme olduğu, benlik saygısı ve pozitif beden imajı algılarının artışının, akademik başarıya olumlu bir etki sağladığı tespit edilmiştir. Ortega ve diğerleri (2007) fiziksel aktivitelere bir saat ek süre ayırmanın ilkökul öğrencilerinin akademik başarılarını olumsuz yönde etkilemediğini tespit etmişlerdir. Muñoz Bullón ve diğerlerinin (2017) araştırma grubunu 2008-2014 yılları arasında İspanyol Üniversitesinde lisans eğitimi gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre sporcuların sağlıklarını olumlu yönde etkilediği ve ders notlarını olumlu yönde etkilediğini belirtmişlerdir. Zhang ve diğerinin (Zhang ve diğerleri, 2023) yılında Çin’de beşinci ve altıncı sınıf üzerinde yapılan çalışmasında öğrencilerin Çince, Matematik ve İngilizce dersleriyle spora katılımı arasında pozitif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Çalışmadan elde edilen bulgular sonucunda spora katılımın sporcuların akademik performansını olumlu yönde etkilediği belirtilmiştir. Literatürde yapılmış olan çalışmalara benzer olarak mevcut çalışmada da sporcuların

spor performanslarının göstergesi olarak kabul edilen ISF puanlarıyla çeşitli dersler arasında pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur.

Bu dersler incelendiğinde çalışmaya katılan erkek sporcuların Koşu ISF puanlarıyla Sosyal Bilgiler dersi arasında pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ve Atma ISF puanıyla Beden Eğitimi ve Spor dersi arasında pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki tespit edilmiştir.

Kadın sporcularda ise Koşu ISF puanıyla Görsel sanatlar dersi ve Teknoloji Tasarım dersi arasında pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki tespit edilmiştir. Atma ISF ve Atlama ISF puanı ile Teknoloji Tasarım dersi arasında pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca kadın sporcuların Toplam ISF puanı ile Görsel Sanatlar dersi arasında pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki, Teknoloji Tasarım dersiyle pozitif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Yaşlara göre inceleme yapıldığında, çalışmaya katılan 11 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF puanıyla Türkçe ve Sosyal Bilgiler dersi arasında pozitif yönde zayıf düzeyde, 12 yaşındaki kadın sporcuların Toplam ISF puanıyla Sosyal Bilgiler dersi ve Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi dersiyle pozitif yönde zayıf düzeyde, 13 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF puanıyla Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi dersi arasında pozitif yönde zayıf düzeyde düşük, Atlama ISF puanıyla Teknoloji ve Tasarım dersi arasında pozitif yönde zayıf düzeyde düşük ilişkiler tespit edilmiştir.

Literatürde spora katılım ve olumsuz akademik başarı üzerine yapılmış çalışmalar da tespit edilmiştir. Karaburçak ve diğerleri (2021) sporcuların akademik başarı ve fiziksel aktivite düzeyi arasındaki ilişkileri araştıran literatür çalışmasında, dört araştırmada öğrencilerin akademik başarıları ile fiziksel aktivite düzeyi arasında anlamlı bir ilişki tespit edilemezken, iki araştırmada ise negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Yapılmış olan çalışmaya benzer olarak mevcut çalışmada da sporcuların ISF puanlarıyla ders notları arasında negatif yönde ilişkiler bulunmuştur. Bulguların veriler incelendiğinde mevcut çalışmaya katılan kadın sporcuların Toplam ISF puanı ile Matematik dersi arasında negatif yönde önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki tespit edilmiştir. Sporcuların yaşlarına göre incelendiğinde, çalışmaya katılan 10 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF puanıyla Yabancı Dil dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş, diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir. Toplam ISF puanı ile Yabancı Dil dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş, diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir. Çalışmaya katılan 9

yaşındaki kız sporcuların Atma ISF puanıyla Yabancı Dil dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş olup diğer dersler arasında ilişki tespit edilememiştir. Çalışmaya katılan 14 yaşındaki erkek sporcuların Atlama ISF puanıyla Teknoloji Tasarım dersi arasında negatif yönde orta düzeyde ilişki, Toplam ISF puanıyla negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiş diğer derslerle ilişki tespit edilememiştir. Literatüre benzer olarak mevcut çalışmada da spor performansı ile Matematik, Teknoloji Tasarım ve Yabancı dil dersleri arasında negatif yönde ilişkiler tespit edilmiştir.

Düzenli fiziksel aktivitelere katılan ortaokul 11-12 yaş kız erkek öğrenciler üzerinde yapılan çalışmada, erkek öğrencilerde düzenli spor yapmanın Fen Bilimleri ve Matematik ders notlarını iyileştirdiğini, ancak sözel derslerde belirgin bir değişim olmadığı gözlemlenmiştir (Yıldız, 2017). Yapılmış olan farklı bir çalışmada ise, düzenli fiziksel aktivitenin matematik başarılarını olumlu yönde etkilediği ve bu etkinin öğrencilerin benlik saygısı üzerinde de iyileşme sağladığı tespit edilmiştir (Dapp ve Roebers, 2019). Yapılmış olan çalışmalardan farklı olarak mevcut çalışmada sporcuların ISF puanlarıyla, Fen Bilimleri ve matematik dersleri arasında negatif yönde etkilendiği bulunmuştur. Bu bulgular incelendiğinde 10 yaşındaki erkek sporcuların Koşu ISF puanıyla Fen Bilimleri dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Aynı şekilde çalışmaya katılan 10 yaşındaki kadın sporcuların Koşu ISF, Atma ISF, Atlama ISF ve Toplam ISF puanıyla Fen Bilimleri dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Çalışmaya katılan 11 yaşındaki kadın sporcular incelendiğinde Toplam ISF puanıyla Matematik dersi arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Çalışmaya katılan 13 yaşındaki kadın sporcular incelendiğinde Koşu ISF puanıyla Teknoloji ve Tasarım dersi arasında orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Literatürde profesyonel veya amatör olarak fiziksel aktiviteye dahil olan öğrencilerin, akademik başarılarında sporun olumlu etkileri olabileceği yönünde çalışmalar vardır. Cinsiyet, spor tercihleri, süreklilik ve bireysel farklılıklar bu etkileri olumlu veya olumsuz yönde değiştirmektedir. Özellikle bireysel sporlarla ilgilenen öğrencilerde gelişen özgüven ve benlik duygusunun daha belirgin olması nedeniyle, akademik başarıları takım sporu yapan ve hiç spor yapmayanlara kıyasla olumlu olarak karşımıza çıkmaktadır. Öğrencilerin ergenlik dönemlerinde ders yüklerinin fazlalaşması, aile ve öğretmenlerin akademik başarı beklentilerinin artmasına rağmen, fiziksel aktivite yapan çocukların yapmayanlara göre akademik başarılarının daha iyi

olduğu sonucunu getirmiştir. Ayrıca, sporun sadece fiziksel sağlık değil, aynı zamanda zihinsel sağlık ve kişisel gelişim üzerindeki olumlu etkileri de dikkate alınmalıdır. Eğitim sistemi ve spor programları, genç öğrencilerin ihtiyaçlarına daha iyi cevap verebilmek için bireysel farklılıkları dikkate almalı ve öğrencilere kişiselleştirilmiş destek sunmalıdır. Fiziksel aktivitenin sadece akademik başarı değil, genel öğrenci gelişimi üzerindeki potansiyelini en iyi şekilde değerlendirebilmek için çeşitli stratejilerin ve programların uygulanması, uygulanan programların devamlılığının sağlanarak spora katılımın sağlanması önemlidir.

Sonuç olarak, sporcuların yaş grupları ve cinsiyetleri, spor ile akademik performansları arasındaki ilişkide çeşitlilik göstermektedir. Bu araştırmanın bulguları, atletizm branşında Sporcu Eğitim Merkezlerinin seçmesini kazanan genç sporcuların derslerle olan etkileşimlerini daha iyi anlamamıza ve eğitim stratejilerini geliştirmemize yardımcı olabilir. Ancak bu ilişkilerin karmaşıklığı ve çok yönlülüğü, bireysel farklılıkları ve atletizmin alt branşları da dikkate alınmalıdır.

Atletizm branşında Sporcu Eğitim Merkezlerine yönelik spor performans ve akademik başarı arasındaki ilişkileri inceleyen bu araştırmanın sonucunda bazı öneriler aşağıda verilmiştir.

İleride yapılacak çalışmalara öğrencilerin devlet veya özel okulda okuduğuyla ilgili bilgiler eklenebilir. Sporcuların antrenmana ve okula ayırdıkları zamanların belirtilmesi önerilmektedir. Biyolojik yaş eklenerek, takvim yaşı, ISF puanları ve ders notları arasındaki ilişkiler incelenebilir. Sporcuların performans gelişim aşamalarına paralel olarak akademik eğitimlerini de sürdürmeleri önemlidir. Atletizm branşındaki SEM’lerde çift kariyer planlamalarına uygun stratejiler oluşturulması önerilir.

KAYNAKLAR

- Alpar, R. (2022). *Spor Sağlık ve Eğitim Bilimlerinden Örneklerle Uygulamalı İstatistik ve Geçerlilik-Güvenirlilik* (7. bs.). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Baker, J., Schorer, J. & Wattie, N. (2018). Compromising Talent: Issues in Identifying and Selecting Talent in Sport. *Quest*, 70(1), 48–63. doi:10.1080/00336297.2017.1333438
- Balyi, I., Derek, E., Gardiner, A., Gmitroski, W., Goulet, M., Kaye, D., & Tyler, K. (2015). Athletics Canada - Long Term Athlete Development. *Canadian Heritage*.
- Bayraktar, I. (2019). *Her Yönüyle Spor*. (G. Hergüner, Ed.). Güven Plus Grup A.Ş. Yayınları.
- Bompa, T. & Haff, G. (2019). *Periodization: Theory and Methodology of Training*, 6th Edition. *Medicine & Science in Sports & Exercise* (C. 51). doi:10.1249/01.mss.0000554581.71065.23
- Bozyiğit, E., Küçük Kılıç, S., Öncü, E. & Gürbüz, B. (2022). Sporcu Öğrenci Kariyer Farkındalığı Envanteri: Faktör Yapısı ve Demografik Farklılıklar. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 237–251. doi:10.25307/jssr.1083533
- Bradley, J., Keane, F. & Crawford, S. (2013). School Sport and Academic Achievement. *Journal of School Health*, 83(1), 8–13. doi:10.1111/j.1746-1561.2012.00741.x
- Dapp, L. C. & Roebbers, C. M. (2019). The mediating role of self-concept between sports-related physical activity and mathematical achievement in fourth graders. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(15). doi:10.3390/ijerph16152658
- Demir, M. (1997). *Atletizm ve Tarihi*.
- Eggleston, D., Hawkins, L. G. & Fife, S. T. (2020). As the Lights Fade: A Grounded Theory of Male Professional Athletes' Decision-Making and Transition to Retirement. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(5), 495–512. doi:10.1080/10413200.2019.1626514
- Ericsson, K. A., Prietula, M. J. & Cokely, E. T. (2007). The Making of an Expert The Making of an Expert. *Harvard Business Review*, 85, 1–8.

Filiz, B. & Demirhan, G. (2018). Akademik ve spor başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(2), 138–152. doi:10.1501/Sporm_0000000361

IAAF. (2008). IAAF 400 Metre Standard Track, Marking Plan.

İmamoğlu, O., Naci Dilek, A. & Türkmen, M., Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Y., Üniversitesi, B. ve Bilimleri Enstitüsü, E. (2017). Türkiye’de Sporcu Eğitim Merkezleri ve Olimpik Hazırlık Merkezleri. *International Journal of Cultural and Social Studies*, 3(December), 95–106.

International Olympic Committee. (2020). International Olympic Committee. *International Olympic Committee*.

Ishihara, T., Nakajima, T., Yamatsu, K., Okita, K., Sagawa, M. & Morita, N. (2020). Relationship of participation in specific sports to academic performance in adolescents: A 2-year longitudinal study. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 30(8), 1471–1482. doi:10.1111/sms.13703

Kahya, S., Yıldız, Y. A., Kahya, S. & Ayılğan, E. (2022). Çift Kariyer Yapan Milli Sporcu Öğrencilerin Yaşadıkları Problemlerin İncelenmesi. *Sivas Cumhuriyet University Journal of Sport Sciences*, 3(3), 59–67.

Karaburçak, S., Turhan, S. & Akalan, C. (2021). Akademik Başarı, Fiziksel Aktivite, Egzersiz ve Spor İlişkisi: 2015’ten Günümüze Bibliyografı Tabanlı Sistematiik Derleme. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi / The Journal of International Social Research*, 14(February), 97–107.

Koçak, F., Yaşar Sönmez, B. & Doğusan, S. N. (2023). Türkiye’de Çift Kariyer Yolunda Öğrenci Sporcular: Eğitim mi Spor mu İkilemi? *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 243–263. doi:10.25307/jssr.1231056

Matthews, P. (2012). *Historical Dictionary of Track and Field*. (J. Woronoff, Ed.). Scarecrow Press.

MEB. (2023). *İlkokul ve Ortaokul Haftalık Ders Çizelgesi*. Milli Eğitim Bakanlığı.

Mollaoğulları, H. & Uluç, S. (2019). Spor Yapan ve Spor Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Sınav Kaygı Durumlarının İncelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 3(3), 78–87.

Morpa. (2005). Spor Ansiklopedisi. (H. Öğretici ve A. Karcılar, Ed.)*Spor Ansiklopedisi*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

Mücevher, M. H., Demirgil, Z. & Erdem, R. (2016). Sportif Aktivitelerin Akademik Başarı Üzerindeki Etkisi: SDÜ İİBF Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. 5. *Türkiye Lisansüstü Çalışmalar Kongresi Bildiriler kitabı* içinde (ss. 119–132). İlmi Etüdler Derneği. doi:10.12658/TLCK.5.1.B008

Muñoz-Bullón, F., Sanchez-Bueno, M. J. & Vos-Saz, A. (2017). The influence of sports participation on academic performance among students in higher education. *Sport Management Review*, 20(4), 365–378. doi:10.1016/j.smr.2016.10.006

Ortega, F. B., Ruiz, J. R. & Sjörström, M. (2007). Physical activity, overweight and central adiposity in Swedish children and adolescents: The European youth heart study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4, 1–12. doi:10.1186/1479-5868-4-61

Resmi Gazete. (2022). Gençlik Ve Spor Bakanlığı Sporcu Eğitim Merkezleri İle Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezleri Yönetmeliği.

Robst, J. & Keil, J. (2000). The relationship between athletic participation and academic performance: Evidence from NCAA Division III. *Applied Economics*, 32(5), 547–558. doi:10.1080/000368400322453

Saygılı, G., Atay, E., Eraslan, M. & Hekim, M. (2015). Düzenli Olarak Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Kişilik Özellikleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 161–170.

Serel Arslan, S., Bozgeyik, S., Ateş Numanoglu, E., Öksüz, Ç., Alemdaroğlu, İ., Karaduman, A. A. & Tunca Yılmaz, Ö. (2018). Genç Bireylerde Fiziksel Aktivitenin Akademik Başarı ve Depresyon Üzerine Etkisi. *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 6(1), 37–42. doi:10.30720/ered.417878

Sostavitel, Sh. (2016). *Track and Field Athletic= Легкая атлетика*.

Suna, G. & Işıldak, K. (2020). Atletizm Farklı Branşlarındaki 12-14 Yaş Erkek Atletizn Bazı Motorik ve Fizyolojik Özelliklerinin Karşılaştırılması. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(1).

TAF. (2022). 2022-2023 Eğitim Öğretim Yılında Sporcu Eğitim Merkezlerine (SEM) Atletizm Branşında Alınacak Sporcu Öğrencilere Yönelik Sınav Talimatı.pdf.

TMOK. (2023). TMOK Olimpik Branşlar. Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi.

Tønnessen, E., Haugen, T. & Shalfawi, S. A. I. (2013). Reaction Time Aspects of Elite Sprinters in Athletic World Championships. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 27(4), 885–892. doi:10.1519/JSC.0b013e31826520c3

Tubic, T., Djordjic, V., Milic, M. & Protic-gava, B. (2015). Relationship between academic achievement and sports engagement : Are athletes better than non-athletes in terms of academic achievement? *Proceedings of ADVED15 International Conference on Advances in Education and Social Sciences*, (October), 771–780.

Uslu, T. (2022). Sporda Eş Zamanlı (Paralel) ve Çift (Dual) Kariyer Sorunu: Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Öğrenci Sporcuların Okul-İş-Yaşam Ara bağlamına Yönelik Görüşler. *Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 36–54.

Wretman, C. J. (2017). School sports participation and academic achievement in middle and high school. *Journal of the Society for Social Work and Research*, 8(3), 399–420. doi:10.1086/693117

Yapıcı, K. & Ersoy, A. (2015). Modern olimpiyat oyunlarında atletizm rekorlarını hazırlayan faktörler. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8, 1–18.

Yıldız, M. E. (2017). Ortaokul Öğrencilerinde Akademik Başarı ile Fiziksel Aktivite İlişkisi. *Journal of Social and Hmanities Sciences Research*, 4(12), 891–898.

Yılmaz, E. (2023). Atletizmde Pist ve Alan Yarışmaları.pdf. B. Koçyiğit ve G. B. Bayıroğlu (Ed.), *Spor Bilimlerinde Multidisipliner Araştırmalar 2023* içinde (1. bs., ss. 61–93). Efe Akademi.

Zhang, Y., Yan, J., Jin, X., Yang, H., Zhang, Y., Ma, H. & Ma, R. (2023). Sports Participation and Academic Performance in Primary School: A Cross-Sectional Study in Chinese Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 1–14. doi:10.3390/ijerph20043678

EKLER

EK-1 Sosyal ve Beşeri Bilimler Alanı Betimsel Araştırma ve Yayın Etiği

Evrak Tarih ve Sayısı: 16.11.2022-98383

T.C.

ALANYA ALAADDİN KEYKUBAT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ^{Ek-1}

Sosyal ve Beşeri Bilimler Alanı Bilimsel Araştırma Etiği Kurul Kararı

TOPLANTI SAYISI	KARAR SAYISI	KARAR TARİHİ
06	17	03.11.2022

Karar Numarası: 2022/06

Doç. Dr. Işık BAYRAKTAR'ın Araştırmanın yürütücüsü olduğu(Diğer araştırmacı – Üniversitemiz Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Bülent TAŞDEMİR) **"Atletizm Branşında 10-14 Yaş Grubu Çocukların Çoklu Branş Performansları ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi"** başlıklı yüksek lisans tez çalışmasına ait etik kurul başvurusunun görüşülmesi istemi.

Doç. Dr. Işık BAYRAKTAR'ın Araştırmanın yürütücüsü olduğu(Diğer araştırmacı – Üniversitemiz Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Bülent TAŞDEMİR) **"Atletizm Branşında 10-14 Yaş Grubu Çocukların Çoklu Branş Performansları ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi"** başlıklı yüksek lisans tez çalışmasına ait olmak üzere araştırma süresince uygulanmasının etik olarak uygun olduğuna oybirliği ile karar verildi **03.11.2022**

(Mazeretli)

Prof. Dr. Özgür Kasım AYDEMİR
Kurul Başkanı

(e-imzalıdır)

Prof. Dr. Kamile DEMİR
(Kurul Başkan V.)

(e-imzalıdır)

Prof. Dr. Mehmet AK
Üye

(e-imzalıdır)

Prof. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ
Üye

(e-imzalıdır)

Prof. Dr. Seymur AĞAZADE
Üye

(Mazeretli)

Prof. Dr. Süleyman Cem ŞAKTANLI
Üye

(e-imzalıdır)

Prof. Dr. Kemal VATANSEVER
Üye

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır..

Kurulu kararı



EK-2 İntihal Raporu

%**14**

BENZERLİK ENDEKSİ

%**14**

İNTERNET KAYNAKLARI

%**2**

YAYINLAR

%**8**

ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1

ogrencigundemi.com

İnternet Kaynağı

%**2**

2

mevbank.lebibyalkin.com.tr

İnternet Kaynağı

%**2**

3

bte.org.tr

İnternet Kaynağı

%**1**

4

acikerisim.alanya.edu.tr:8080

İnternet Kaynağı

%**1**

5

acikbilim.yok.gov.tr

İnternet Kaynağı

%**1**

6

www.researchgate.net

İnternet Kaynağı

%**1**

7

acikerisim.alanya.edu.tr

İnternet Kaynağı

%**1**

8

www.duvaryayinlari.com

İnternet Kaynağı

%**1**

9

Submitted to Yeditepe University

Öğrenci Ödevi

<%**1**

ÖZGEÇMİŞ

Adı-Soyadı : Bülent TAŞDEMİR

Eğitim ve Mesleki Geçmişi:

- 2011, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü
- 2022, Gençlik ve Spor Bakanlığı Antrenör
- 2023, Türkiye Atletizm Federasyonu görevlendirme