**T.C.**
**SAKARYA ÜNİVERSİTESİ**
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

# HAREKET BİLİMİ ve KÜLTÜREL AÇIDAN TÜRK HALK OYUNLARININ İNCELENMESİ (TÜRKİYE ÖRNEĞİ)

**DOKTORA TEZİ**

**Kürşad GÜLBEYAZ**

**Enstitü Anabilim Dalı : Türk Dili ve Edebiyatı**

**Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Yavuz KÖKTAN**

**ARALIK – 2018**

T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

# HAREKET BİLİMİ ve KÜLTÜREL AÇIDAN TÜRK HALK OYUNLARININ İNCELENMESİ (TÜRKİYE ÖRNEĞİ)

**DOKTORA TEZİ**

**Kürşad GÜLBEYAZ**

**Enstitü Anabilim Dalı : Türk Dili ve Edebiyatı**

**"Bu tez 19/11/2018 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / ~~Oyçokluğu~~ ile kabul edilmiştir."**

| JÜRİ ÜYESİ | KANAATİ | İMZA |
|---|---|---|
| Prof. Dr. M. Mehdi Engürül | Başarılı | |
| Dr. Öğr. Üyesi Yavuz KOKTAN | Başarılı | |
| Doç. Dr. Gülnur Kurtaoğlu | Başarılı | |
| Prof. Hatice Şeker TOKAY | Başarılı | |
| Prof. Dr. Cafer YAMAN | Başarılı | |

# ÖNSÖZ

Bu tezin yazılması aşamasında, çalışmamı sahiplenerek titizlikle takip eden danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Yavuz KÖKTAN'a, Tez İzleme Komisyonumda yer alan Prof. Dr. Mehmet Mehdi ERGÜZEL ve Prof. Hatice Selen TEKİN hocalarıma, savunma sınavı sırasında jüri üyeleri Doç. Dr. Çetin YAMAN ve Doç. Bülent KURTİŞOĞLU hocalarıma çalışmamın son haline gelmesinde sağladıkları değerli katkılar için en içten teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Bu vesileyle tez çalışmam süresinde oyunların icrası esnasında yardımlarını esirgemeyen ve her zaman yanımda olan Özgür Önder ÖZTÜRK'e; spor bölümünde yardımcı olan Doç. Dr. Mustafa KAYA ve Dr. Ender ŞENEL'e; yöresel kıyafetlerin fotoğraflarını temin noktasında Özcan URTEKİN ve diğer arkadaşlara; tezimin okuması, gramer, anlatım ve dil açısından incelenmesinde yardımlarını esirgemeyen Gülcan YÜCEDAĞ'a teşekkür ederim.

Son olarak bu günlere ulaşmamda emeklerini hiçbir zaman ödeyemeyeceğim, her zaman yanımda olan ve sonsuz destek veren başta eşim Sündüz ile çocuklarımız Aybike Zülal ve Kayıhan Alper'e sonsuz teşekkür ve şükranlarımı sunarım.

**Kürşad GÜLBEYAZ**

**09.10.2018**

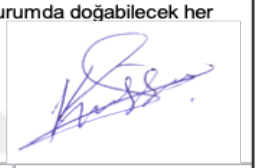
| | | |
|---|---|---|
| SAKARYA ÜNİVERSİTESİ | T.C.<br>SAKARYA ÜNİVERSİTESİ<br>SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ<br>TEZ SAVUNULABİLİRLİK VE ORJİNALLİK BEYAN FORMU | Sayfa : 1/1 |

**Öğrencinin**

| | | |
|---|---|---|
| **Adı Soyadı** | : | **Kürşad GÜLBEYAZ** |
| **Öğrenci Numarası** | : | **0360D11001** |
| **Enstitü Anabilim Dalı** | : | **Türk Dili ve Edebiyatı** |
| **Enstitü Bilim Dalı** | : | |
| **Programı** | : | ☐ YÜKSEK LİSANS ☐ DOKTORA |
| **Tezin Başlığı** | : | **Hareket Bilimi ve Kültürel Açıdan Türk Halk Oyunlarının İncelenmesi (Türkiye Örneği)** |
| **Benzerlik Oranı** | : | **% 20** |

**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE,**

Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Lisansüstü Tez Çalışması Benzerlik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim. Enstitünüz tarafından Uygulalma Esasları çerçevesinde alınan Benzerlik Raporuna göre yukarıda bilgileri verilen tez çalışmasının benzerlik oranının herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi beyan ederim.



**13/12/2018**
**Öğrenci İmza**

☐ Sakarya Üniversitesi ..... Enstitüsü Lisansüstü Tez Çalışması Benzerlik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim. Enstitünüz tarafından Uygulama Esasları çerçevesinde alınan Benzerlik Raporuna göre yukarıda bilgileri verilen öğrenciye ait tez çalışması ile ilgili gerekli düzenleme tarafımca yapılmış olup, yeniden değerlendirilmek üzere .....@sakarya.edu.tr adresine yüklenmiştir.

Bilgilerinize arz ederim.

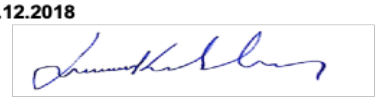
**...../...../20.....**
**Öğrenci İmza**

**Uygundur**

**Danışman**
**Unvanı / Adı-Soyadı: Dr. Öğr. Üyesi Yavuz KÖKTAN**

**Tarih: 14.12.2018**

**İmza:**



| | |
|---|---|
| ☐ KABUL EDİLMİŞTİR<br>☐ REDDEDİLMİŞTİR<br>**EYK Tarih ve No:** | **Enstitü Birim Sorumlusu Onayı** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 00 | | | | | | 00.ENS.FR.72 |

# İÇİNDEKİLER

**ÖNSÖZ..... i**
**İÇİNDEKİLER ..... iii**
**FOTOĞRAF LİSTESİ ..... viii**
**RESİM LİSTESİ ..... x**
**TABLO LİSTESİ ..... xii**
**ÖZET..... xv**
**ABSTRACT..... xvii**

**GİRİŞ ..... 1**
**BÖLÜM 1. KÜLTÜRDEN SPORA KAVRAMSAL BİR GİRİŞ..... 10**
1.1. Kültür ..... 10
1.2. Folklor (Halk Bilimi)..... 16
1.3. Dil – Edebiyat..... 29
1.4. Müzik..... 45
1.5. Halk Oyunları..... 57
1.6. Dans..... 69
1.7. Spor..... 73

**BÖLÜM 2. TÜRK HALK OYUNLARININ KÜLTÜREL AÇIDAN İNCELENMESİ..... 79**
2.1. Bar Türü Halk Oyunlarının Genel Özellikleri..... 84
2.1.1. Artvin Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü..... 86
2.1.1.1. Mendo Barı..... 88
2.1.2. Erzurum Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü..... 88
2.1.2.1 Başbar..... 91
2.1.2.2. Dello..... 91
2.1.2.3. İkincibar..... 91
2.1.2.4. Kavak..... 92
2.1.3. Tokat Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü..... 92
2.1.3.1. Daldalan..... 94
2.2. Halay Türü Halk Oyunlarının Genel Özellikleri..... 94
2.2.1. Adıyaman Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü..... 97
2.2.1.1. Dik Halay..... 98
2.2.1.2. Tırgi..... 98

2.2.2. Diyarbakır Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü…… 99
2.2.2.1. Halay……... 100
2.2.3. Gaziantep Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü……. 100
2.2.3.1. Havarişko…… 102
2.2.3.2. Kabahava…….…... 102
2.2.3.3. Mani…… 103
2.2.3.4. Pekmez…… 103
2.2.3.5. Susam……..…… 103
2.2.3.6. Zennube……...…… 103
2.2.4. Tokat Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü…… 103
2.2.4.1. Kırat…… 106
2.2.4.2. Tokat Ağırlaması…….…… 107
2.2.5. Van Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü……..…….…… 107
2.2.5.1. Hır-hır…….……..… 109
2.3. Horon Türü Halk Oyunlarının Genel Özellikleri……...…..…….. 110
2.3.1. Artvin Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü……..……. 114
2.3.1.1. Deli Horon……..…. 115
2.3.1.2. Gürcü Horonu…….……. 116
2.3.1.3. Hemşin Horonu……...…. 116
2.3.1.4. Vazriya Horonu……... 116
2.3.2. Trabzon Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü…… 117
2.3.2.1. Erkek Horonu……..… 118
2.3.2.2. Hozangel…….…. 119
2.3.2.3. Kız Horonu……...…… 119
2.3.2.4. Tonya Horonu…….…. 119
2.4. Karşılama Türü Halk Oyunlarının Genel Özellikleri……...…….…. 119
2.4.1. Bursa Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü……. 122
2.4.1.1. Küçük Oyun……. 124
2.4.1.2. Menevşe……..…. 124
2.4.2. Kırklareli Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü……..…. 125
2.4.2.1. Ahmet Bey……..……. 126
2.4.2.2. Süleyman Ağa…….……. 127
2.4.3. Tekirdağ Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü…… 127
2.4.3.1. Arzu ile Kanber……...……. 128

2.5. Zeybek Türü Halk Oyunlarının Genel Özellikleri……. 129
2.5.1. Aydın Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü……..... 134
2.5.1.1. Ataköy Zeybeği……...…… 136
2.5.2. Burdur Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü……..…… 136
2.5.2.1. İğnem Düştü…… 138
2.5.2.2. Kezban Yenge……..…… 138
2.5.2.3. Serenler Zeybeği……. 139
2.5.3. Denizli Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü……..…… 139
2.5.3.1. Cemilem……..…… 140
2.5.3.2. Tavas Zeybeği…….…… 141
2.5.4. İzmir Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü…….…… 141
2.5.4.1. Eski Harmandalı Zeybeği…… 143
2.5.2.2. Hantuman…… 143
2.5.5. Kırklareli Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü……..…… 144
2.5.5.1. Zigoş…… 145
2.5.6. Mersin Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü……..…… 146
2.5.6.1. Ham Çökelek……...…… 147
2.5.6.2. Silifke'nin Yoğurdu……. 148

**BÖLÜM 3: ANATOMİ, FİZYOLOJİ VE KİNESİYOLOJİ……..… 149**
3.1. Anatomi…….…… 151
3.1.1. Anatominin Alt Bilim Dalları……...……...… 152
3.2. Kinesiyoloji (Hareket Bilimi)…….……... 152
3.2.1. Kinesiyolojinin Alt Bilim Dalları……...……. 152
3.2.2. Yönler…….……. 153
3.2.2.1. Boşlukta Yönler…….……. 153
3.2.2.2. Taraflarla İlgili Yönler……..……..…… 154
3.2.2.3. Hareket Yönleri……...…… 155
3.2.3. Vücut Ağırlık Merkezi……..…… 156
3.3. Kas Sistemi……...…… 157
3.3.1. İskelet Kası……..…….. 157
3.3.2. İskelet Kasının Yapısı……...……. 158
3.3.2.1. Düz Kaslar…….…… 160
3.3.2.2. Kalp Kası……...…… 160

3.3.2.3. Kasların Görevleri……...…… 160
3.3.3. Kasların Ortak Özellikleri……....…….. 161
3.3.4. İskelet Kaslarının Temel Fonksiyonları……..……. 161
3.3.5. Kas Kasılma Çeşitleri……..…… 163
3.3.5.1. İzometrik Kasılma……..….. 163
3.3.5.2. İzotonik Kasılma……...……..….. 163
3.3.5.3. İzokinetik Kasılma……..……. 164
2.4. Hareket Bildiren Terimler……...…… 164
3.4.1. Abduksiyon ve Adduksiyon……...…….……. 164
3.4.2. Fleksiyon ve Ekstansiyon……...……...….. 165
3.4.3. Sirkumdiksiyon……..…….. 166
3.4.4. Rotasyon…… 166
3.4.5. İnversiyon ve Eversiyon……..…….. 167
3.4.6. Elevasyon ve Depresyon……...……. 168
3.5. Vücut Segmentlerinin Hareketleri…… 168
3.5.1. Duruşlar……..…….. 168
3.5.2. Eksen ve Düzlemler…….……..…… 169
3.5.2.1. Eksen ve Düzlemlerde Hareketler…….……..…….. 171
3.6. Çalışmada Kullanılan Kaslar……..…….…… 177
3.6.1. Tibialis Anterior Kası……...……. 177
3.6.2. Quadriceps Femoris Kası……...…….….. 177
3.6.3. Flexör Digitorum Superficialis Kası…….……. 178
3.6.4. Biceps Brachii Kası……...……. 179
3.6.5. Longissimus Thoracis Kası……...……..… 179
3.6.6. Trapezius Kası……...…….…… 180

**BÖLÜM 4: İNCELENEN OYUNLARIN İCRASINDA SEÇİLEN KASLARIN KASILMA ORANLARI ……. 181**

4.1. Bar…….…….. 181
4.2. Halay…….…….. 189
4.3. Horon…….…….. 202
4.4. Karşılama…….…… 211
4.5. Zeybek…….…… 217

**SONUÇ VE ÖNERİLER……..……...…….. 230**
**KAYNAKÇA……..…… 235**
**ÖZGEÇMİŞ……..…….. 252**

# FOTOĞRAF LİSTESİ

**Fotoğraf 1** **:** Artvin Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 87

**Fotoğraf 2** **:** Erzurum Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 91

**Fotoğraf 3** **:** Tokat Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları……..... 94

**Fotoğraf 4** **:** Adıyaman Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 98

**Fotoğraf 5** **:** Diyarbakır Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları……..... 100

**Fotoğraf 6** **:** Gaziantep Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 102

**Fotoğraf 7** **:** Tokat Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 106

**Fotoğraf 8** **:** Van Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 109

**Fotoğraf 9** **:** Artvin Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 115

**Fotoğraf 10** **:** Trabzon Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları……..... 118

**Fotoğraf 11** **:** Bursa Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 124

**Fotoğraf 12** **:** Kırklareli Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 126

**Fotoğraf 13 :** Tekirdağ Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 126

**Fotoğraf 14 :** Aydın Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 136

**Fotoğraf 15 :** Burdur Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 138

**Fotoğraf 16 :** Denizli Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 140

**Fotoğraf 17 :** İzmir Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 143

**Fotoğraf 18 :** Kırklareli Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 145

**Fotoğraf 19 :** Mersin Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları…… 147

# RESİM LİSTESİ


**Resim 1** **:** Vücut Kasları …….. 157

**Resim 2** **:** İskelet Kası Bölümleri …… 159

**Resim 3** **:** İskelet Kası Yapısı ……. 159

**Resim 4** **:** Abduksiyon ve Adduksiyon …….. 165

**Resim 5** **:** Fleksiyon ve Ekstensiyon …….. 165

**Resim 6** **:** Dorsal ve Plantar Fleksiyon …… 166

**Resim 7** **:** Sirkumdiksiyon …….. 166

**Resim 8** **:** Rotasyon …… 167

**Resim 9** **:** Supinasyon ve Pronasyon ……..... 167

**Resim 10** **:** İnversiyon ve Eversiyon ……..... 168

**Resim 11** **:** Elevasyon ve Depresyon …… 168

**Resim 12** **:** Anatomik Duruş …… 169

**Resim 13** **:** Standart Ayakta Duruş …….. 169

**Resim 14** **:** Anatomik Düzlemler ……. 170

**Resim 15** **:** Eksenler ……. 171

**Resim 16** **:** Sagital Düzlem, Frontal – Horizontal Eksende Yapılabilen Hareketler……..... 173

**Resim 17** **:** Frontal Düzlem, Sagital – Horizontal Eksende Yapılabilen Hareketler…….. 174

**Resim 18** **:** Transvers Düzlem, Vertikal Eksende Yapılabilen Hareketler... 175

**Resim 19** **:** Oblik Düzlem ve Oblik Eksende Yapılabilen Hareketler ……. 175

**Resim 20** **:** Eksen ve Düzlemlerde Hareketler …… 176

**Resim 21** **:** Eksen ve Düzlemlerde Hareketler …… 176

**Resim 22** **:** Tibialis Anterior Kası ……... 177

**Resim 23** **:** Quadriceps Femoris Kası …….. 178

**Resim 24** **:** Flexör Digitorum Superficialis Kası …….. 178

**Resim 25** **:** Biceps Brachii Kası ……... 179

**Resim 26** **:** Longissimus Thoracis Kası …… 180

**Resim 27** **:** Trapezius Kası …….. 180

# TABLO LİSTESİ

**Tablo 1** **:**Başbar Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları…..… 182

**Tablo 2** **:**Daldalan Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları….. 183

**Tablo 3** **:**Dello Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları…… 184

**Tablo 4** **:**İkinci Bar Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları.… 185

**Tablo 5** **:**Kavak Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları…..… 186

**Tablo 6** **:**Mendo Barı Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları.. 187

**Tablo 7** **:**Bar Türü Oyunların İcrasında Oyun Bazında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……. 188

**Tablo 8** **:**Dik Halay Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları… 189

**Tablo 9** **:**Halay Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……... 190

**Tablo 10** **:**Havarişko Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları… 191

**Tablo 11** **:**Hır-hır Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları...…... 192

**Tablo 12** **:**Kaba Hava Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları... 193

**Tablo 13** **:**Kırat Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……..… 194

**Tablo 14** **:**Mani Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları...……… 195

**Tablo 15** **:**Pekmez Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları…… 196

**Tablo 16** **:**Susam Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları…..… 197

**Tablo 17** **:**Tokat Ağırlaması Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……. 198

**Tablo 18** **:**Tırgi Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları...……..… 199

**Tablo 19** **:**Zennube Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları...… 200

**Tablo 20** **:**Halay Türü Oyunların İcrasında Oyun Bazında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……. 201

**Tablo 21** **:**Deli Horon Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları... 202

**Tablo 22** **:**Erkek Horonu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……. 203

**Tablo 23** **:**Gürcü Horonu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……. 204

**Tablo 24** **:**Hemşin Horonu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları…….…… 205

**Tablo 25** **:**Hozangel Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları.… 206

**Tablo 26** **:**Kız Horonu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları.. 207

**Tablo 27** **:**Tonya Horonu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……. 208

**Tablo 28** **:**Vazriya Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları…… 209

**Tablo 29** **:**Horon Türü Oyunların İcrasında Oyun Bazında Seçilen Kasların Kasılma Oranlar…….. 210

**Tablo 30** **:**Ahmet Bey Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları... 211

**Tablo 31** **:**Arzu ile Kanber Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları…….…… 212

**Tablo 32** **:**Küçük Oyun Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları. 213

**Tablo 33** **:**Menevşe Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları..… 214

**Tablo 34** **:**Süleyman Ağa Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……..… 215

**Tablo 35** **:**Karşılama Türü Oyunların İcrasında Oyun Bazında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……...… 213

**Tablo 36** **:**Ataköy Zeybeği Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……. 217

**Tablo 37** **:**Cemilem Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları..… 218

**Tablo 38** **:**Eski Harmandalı Zeybeği Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……..… 219

**Tablo 39** **:**Ham Çökelek Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……..… 220

**Tablo 40** **:**Hantuman Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları… 221

**Tablo 41** **:**İğnem Düştü Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……..… 222

**Tablo 42** **:**Kezban Yenge Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……..… 223

**Tablo 43** **:**Serenler Zeybeği Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……..… 224

**Tablo 44** **:**Silifke'nin Yoğurdu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……..… 225

**Tablo 45** **:**Tavas Zeybeği Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları……..… 226

**Tablo 46** **:**Zigoş Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları…… 227

**Tablo 47** **:**Zeybek Türü Oyunların İcrasında Oyun Bazında Seçilen Kasların Kasılma Oranları..……...…….. 228

# ÖZET

**Sakarya Üniversitesi**
**Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Özeti**

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Yüksek Lisans** | | **Doktora** | X |

**Tezin Başlığı:** Hareket Bilimi ve Kültürel Açıdan Türk Halk Oyunlarının İncelenmesi (Türkiye Örneği)

**Tezin Yazarı:** Kürşad GÜLBEYAZ **Danışman:** Dr. Öğr. Gör. Yavuz KÖKTAN

**Kabul Tarihi:** 15 Ekim 2018 **Sayfa Sayısı:** xviii (ön kısım) + 252 (tez)

**Anabilim Dalı**: Türk Dili ve Edebiyatı


Türk kültürü ve folklorunun en önemli unsurlarından bir tanesi olan halk oyunları günümüze kadar kültürel ve sanatsal açısından detaylı bir şekilde incelenmiştir. Ancak halk oyunlarının özellikle dil – edebiyat ilişkisi ile sportif açıdan yeteri kadar incelendiğini söylemek mümkün değildir.

Halk oyunlarının müzik ve hareketten oluştuğu, birbirinden ayrılmaz bir bütün olduğundan bahsedilmiş, bu doğrultuda çok sayıda çalışma yapılmıştır. Ancak oyunlardaki söz unsurundan yeterince bahsedilmemiş ve bu doğrultuda detaylı çalışmalar gerektiğince yapılmamıştır. Her ne kadar halk oyunlarındaki söz unsuru günümüzde çok fazla kullanılmasa da halk oyunlarının yarıdan fazlasında söz vardır. Özellikle kadın oyunlarımızın neredeyse tamamı sözlüdür. Söz ve oyun birbirinden ayrılmaz iki unsurdur. Dolayısıyla halk oyunları müzik ve hareketten oluşmamakta söz – müzik – hareket bileşkesinden oluşmaktadır.

Halk oyunlarımızın hareketten oluştuğu aşikârdır. Fakat günümüze kadar oyunun hareket boyutu her ne kadar ele alınsa da özellikle fiziksel, fizyolojik ve kinesiyolojik açıdan araştırmaların eksik olduğu söylenebilir. Halk oyunlarının sistematik hareket modellerinden oluştuğu düşünüldüğünde, iskelet ve kas sisteminin hareket modellerinin meydana gelmesindeki yerini incelemek önemlidir. Çünkü hareketin yapılmasını sağlayan iskelet ve kaslarımızdır.

Tüm bunların ışığında bu çalışmanın amaçlarından bir tanesi, Türk halk oyunlarının kültürel çerçevedeki yeri ve önemine dikkat çekmenin yanı sıra oyun – söz ilişkisini ortaya koymaktır. Bir diğer amacımız ise halk oyunlarında kullanılan bazı kasların

aktivasyon oranlarının hareket bilimi (kinesijolojik) açısından incelemektir.

Bu amaç doğrultusunda, araştırmada EMG/ENMG (Elektronöromiyografi) tekniğinden faydalanılmıştır. EMG, sinirler ve kaslardan alınan elektriksel sinyallerin yazdırılması anlamına gelmektedir. Türk halk oyunlarının icrası esnasında kullanılan bazı kas gruplarının aktivasyon oranları EMG tekniği ile tespit edilmiştir. Çalışma "ana kas grubu" üzerinde yapılmış olup bacaklarda M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları, kollarda Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırt bölgesindeki Longissimus Thoracis ve Trapezius kaslarının üzerine elektrotlar bağlanarak danslar icra edilmiştir. Araştırmada kullanılan kaslar alanda uzman kişilerin görüşleri alınarak seçilmiştir. Oyun esnasında kasların kasılmaları sonucunda elde edilen ölçüm sonuçlarının minimum, maksimum, ortalama ve standart sapmaları tablolar halinde yer verilmiştir.

Türkiye ölçeğinde, hareket ve yapısal özellikler dikkate alındığında birbirinden farklılık gösteren oyunlar arasından 42 adet oyun tespit edilmiş ve çalışmada bu oyunlar incelenmiştir. Tespit edilen oyunlar Türk halk oyunları geçmişi olan, konservatuvar Türk halk oyunları bölümünden mezun, vücut yapıları, kas yapıları ve yaşam tarzları birbirine çok benzer iki erkek dansçı tarafından icra edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Türk halk oyunları, halk bilimi, dil, edebiyat, spor, EMG

# ABSTRACT


**Sakarya University**
**Institute of Social Sciences Abstract of Thesis**

| | |
|---|---|
| **Master Degree Ph.D.** | X |
| **Title of the Thesis:** Examination Turkish Folk Dances in Movement Science and Cultural Perspective (The Case of Turkey) | |
| **Author:** Kürşad GÜLBEYAZ | **Supervisor:** Assist. Prof.Dr. Yavuz KÖKTAN |
| **Accepted Date:** 15 October 2018 | **Number of Pages:** xviii (front page) + 252 (thesis) |
| **Department**: Turkish Language and Literature | |

Folk dances, which are one of the most important elements of Turkish culture and folklore, have been examined in detail from the cultural and artistic point of view. However, it is impossible to say that the folk dances are examined sufficiently in terms of language, literary relation and sportive competence.

It has been mentioned that folk dances are composed of music and movement, that they are an integral part of each other, and a lot of work has been done in this direction. However, verbal expressions in folk dances are not mentioned sufficiently, detailed studies in this direction have not been made as necessary. Although the element verbal expressions in folk dances is not used much today, more than half of folk dances have these verbal expressions. Especially, almost all of our female plays are verbal. Words and dance are two separate elements. Therefore, the folk dances are composed of music, words, and movement.

It is obvious that our folk dances are made of movement. However, although the movement in folk dances has been examined until now, it can be said that the researches are lacking of physical, physiological and kinesiological aspects in particular. When it is thought that the folk dances are made up of systematic movement models, it is important to examine the place where the movement patterns of the skeletal and muscular system occur, because it is the skeleton and muscles that enable movement to take place.

In the light of all this, one of the aims of this study is to reveal the relation between dance and lyrics as well as to draw attention to the place and importance of Turkish

folk dances in the cultural context. Our other goal is to examine the activation rates of some muscles used in folk dances kinesiologically (science of movement).

For this purpose, EMG / ENMG (Electroneuromyography) technique was utilized in the research. EMG refers to the printing of electrical signals from nerves and muscles. The activation rates of some muscle groups used during the Turkish folk dances were determined by EMG technique. The study was carried out on the "main muscle group" and dances were performed by tying electrodes on the muscles of M. Tibialis Anterior and M. Quadriceps Femoris muscles, Flexor Digitorum Superficialis and M. Biceps Brachii muscles in the backs, and Longissimus Thoracis and Trapezius muscles in the back region. The muscles used in the research were selected by taking the opinions of the field experts. The minimum, maximum, mean and standard deviations of the measurement results obtained as a result of muscular contractions during the dance are given in the tables.

Considering the movement and structural properties in the scale of Turkey, 42 dances have been identified among the ones which differ from each other, and these dances have been examined in the study. The dances identified were performed by two male dancers, whose body structures, muscle structures and lifestyles are very similar. They had a history in Turkish folk dances and graduated from the department of Turkish Folk Dance of the conservatory.

**Key Words:** Turkish folk dances, folklore, language, literature, sports, EMG.

# GİRİŞ

## Çalışmanın Konusu

Çalışmamızın başlığı "Hareket Bilimi ve Kültürel Açıdan Türk Halk Oyunlarının İncelenmesi (Türkiye Örneği)"dir. Başlangıcı ilkel insana kadar dayanan oyunun kavramsal ve içerik olarak kültürle olan ilişkisi, oyunu oluşturan unsurların (hareket – müzik – dil) neler olduğu ve birbirleri ile ilişkisi, oyun – spor bağlantısı, seçilen halk oyunlarının ve bu oyunların oynandığı illerin kültürel bağlamda ele alınması; hareket sistemi, kas sistemi ve anatomi çalışmanın konuları içerisindedir.

## Çalışmanın Önemi

Türk kültürü ve Türk folklorunun en önemli unsurlarından bir tanesi olan halk oyunlarımız günümüze kadar kültürel ve sanatsal açıdan detaylı bir şekilde incelenmiştir. Ancak halk oyunlarının özellikle dil – edebiyat ilişkisi ile spor ilişkisinin yeteri kadar incelendiğini söylemek mümkün değildir. Bu bağlamda çalışmanın bir ilk olma özelliğine sahip olduğu düşüncesindeyiz.

Birçok bilim adamı, araştırmacı ve yazar günümüze kadar halk oyunlarının müzik ve hareketten oluştuğundan, bu ikilinin birbirinden ayrılmaz bir bütün olduğundan bahsetmiş, bu doğrultuda çok sayıda çalışma yapmış, çeşitli eserler ortaya koymuşlardır. Ancak oyunlardaki söz unsurundan yeterince bahsedilmemiş, bu doğrultuda da gerekli ve detaylı çalışmaların yeterince yapılmamış olduğu da bir gerçektir. Her ne kadar halk oyunlarındaki söz unsuru günümüzde çok fazla kullanılmasa da halk oyunlarının yarıdan fazlasında söz vardır. Kadın oyunlarımızın neredeyse tamamı ve erkek oyunlarımızın da yarıdan fazlası sözlüdür. Oyun kültürümüzde "söz ve oyun" birbirinden ayrılmaz iki unsurdur. Dolayısıyla halk oyunları sadece müzik ve hareketten oluşmamakta "söz – müzik – hareket" bileşkesinden oluşmaktadır. Bu açıdan halk oyunlarını incelerken söz unsurunu ayrı düşünmemek ve beraber ele almak gerekmektedir.

Oyun, hareket ve hareketlerin bir araya gelmesinden oluşmaktadır. Fakat günümüze kadar oyunun hareket boyutu her ne kadar ele alınsa da özellikle fiziksel, fizyolojik ve

kinesiyolojik açıdan yapılan araştırmaların ve çalışmaların eksik olduğu söylenebilir. Halk oyunları sistematik hareket modellerinden oluşmakta olup iskelet ve kas sisteminin hareket modellerinin meydana gelmesindeki yerini incelemek açısından önemlidir. Çünkü insan vücudunun yapmış olduğu tüm hareketlerin yapılmasını sağlayan sistem iskelet ve kas sistemleridir.

Halk oyunları icrasında yapılan hareketlerin yapılması esnasında kullanılan kasların kullanım ve kasılma oranlarını tespit etmek günümüz teknolojisi ile mümkündür. Böyle bir tespit çalışması, insan hayatında çocukluk döneminden başlayarak yaşlılık dönemine kadar birçok evrede kullanılabilecek verilere sahip olmamıza yarayacaktır. Bu doğrultuda böyle bir çalışmanın önemini ve nerelerde kullanılabileceğini birkaç madde ile kısaca yazacak olursak;

1. Özellikle gelişim çağındaki çocukların fiziksel, motorsal ve zihinsel açılardan gelişmesine yardımcı ve destek olacaktır.
2. Gelecekte sporcu olmak isteyen çocukların yapmak istediği spora bağlı olarak hangi kas grubunun çalıştırılması gerekli ise ona göre oyunlar tercih edilerek istenilen kas gruplarının gelişmesine katkı sağlayacaktır.
3. Oyunu icra etmeden önce yapılacak olan ısınma hareketleri ve devamındaki antrenman, kuvvet, dayanıklılık gibi çalışmalar daha bilimsel ve bilinçli olarak yapılabilecektir. Böylece kullanılacak kasların doğru ısındırılması sonucunda oluşabilecek sakatlıkların önüne geçilmiş olunacaktır.
4. Dansçı hangi harekette vücudunun hangi bölgesini ve hangi kası kullanacağını bileceği için yapacağı hareketi daha doğru yapacak, hareketi içselleştirebilecek ve böylece oyunun daha doğru icrası ve sunumu gerçekleşmiş olacaktır.
5. Hareketin yapılması ve yaptırılması anlamında daha bilinçli olunacağı için eğitim ve öğretim süresinde zamansal açıdan ciddi bir kısalma olacaktır.
6. Ortopedik rahatsızlıklarda vücudun istenilen bölgesi ve kas grubuna yönelik yapılacak çalışmalarda oyunlarımız kullanılabilecektir.
7. Fizik tedavi gerektiren rahatsızlıklarda çalıştırılmak istenilen vücut bölgesi ve kas grubuna yönelik egzersizler yerine aynı bölge ve kas grubunu kullanan oyun kullanılabilecektir.

8. Halk oyunlarımız ileri yaş ve yaşlılar grubunda özellikle kas ve kemik erimesini ciddi oranda yavaşlatabilecek aynı zamanda denge sorununa yönelik egzersiz hareketlerinin yerine kullanılabilecektir.
9. Günümüzün en büyük rahatsızlıklarından olan Alzheimer hastalığının önlenmesi, yavaşlatılması ve tedavi sürecinde "ritmik hareket, belirli periyotlarda değişen hareket, düşünerek hareket etme ve sosyalleşme süreci" büyük önem taşımaktadır. İstenilen bu özelliklerin tamamı halk oyunlarımızda mevcuttur. Böyle bir çalışma ile halk oyunları bu hastalığın tedavisinde rahatlıkla kullanılabilecektir.

Görüldüğü gibi halk oyunları sadece kültürel bir öğe değil aynı zamanda bilinçli icra edildiğinde insanın yaşam sürecinde ömür boyu kullanılabiecek bir öğe konumundadır.

**Çalışmanın Amacı**

Çalışmamızın amaçlarından bir tanesi, Türk halk oyunlarının kültürel çerçevedeki yeri ve önemine dikkat çekmenin yanı sıra oyun – söz ilişkisini ortaya koymaktır. Bir diğer amacımız ise halk oyunlarını hareket bilimi (kinesiyoloji) çerçevesinde ele alıp oyunların icrası esnasında ana kas grubunun aktivasyon ve kasılma oranlarını tespit etmektir.

**Çalışmanın Yöntemi**

Çalışmada öncelikle literatür taraması yapılmıştır. Bu tarama sonucunda yazılmış eserlere ulaşılmış, internet vasıtasıyla da elektronik ortamdaki kaynaklara ulaşılmıştır. Literatür taramasının yanı sıra EMG/ENMG (Elektronöromiyografi) tekniğinden faydalanılarak seçilen oyunların icrası esnasında kullanılan ana kas gruplarının kasılma oranlarının ölçümleri yapılmıştır.

Birinci bölümde halk oyunlarının kültür, halk bilimi, dil – edebiyat, müzik, dans ve spor ilişkisi üzerinde durulmuş ve kavramsal olarak birbirleri ile ilgili bağlantılarına yer verilmiştir.

İkinci bölümde halk oyunları kültürel açıdan ele alınmıştır. Türk halk oyunlarının tür kapsamında beş ana tür altında ele alınabileceği gerçeğinden yola çıkılarak öncelikle türlerin özellikleri hakkında genel bilgilere yer verilmiştir. Çalışmada incelenen oyunlar

tür kapsamında tasnif edilmiş ve bu oyunların ait oldukları iller alfabetik olarak sıralanmıştır. Bu illerin kısaca ve genel hatlarıyla halk oyunları ve oyun kültürleri hakkında bilgiler verilmiştir. O ilde hangi tür veya türlere ait oyunlara rastlanmaktadır, geleneksel giyim kuşam nasıldır, giyim kuşamda kullanılan giysilerin isimleri, üzerindeki işlemelerin isim ve özellikleri nelerdir, yörede kullanılan çalgılar hangileridir, oynanan oyunların zamanları ve oyun formları nelerdir anlatılmaya çalışılmıştır.

Üçüncü bölümde anatomi, fizyoloji ve kinesiyoloji hakkında genel bilgiler verilmiş, hareket ve kas sistemleri anlatılmıştır. İnsan vücudunda yapılan tüm hareketlerin kısaca nasıl yapıldığı, iskelet sisteminin ve kas sisteminin çalışmasının nasıl olduğu hakkında bilgiler verilmiştir. Çalışmada kullanılan ana kas grubuna ait kaslar anlatılmış, kullanım alanları ve çalışmaları çakkında bilgiler verilmiştir.

Dördüncü bölümde ise EMG/ENMG (Elektronöromiyografi) tekniğinden faydalanılarak ana kasların oyunların icrası esnasındaki kasılma oranları tablolar halinde verilerek değerlendirme yapılmıştır. EMG, sinirler ve kaslardan alınan elektriksel sinyallerin yazdırılması anlamına gelmektedir. Çalışmamız "ana kas grubu" üzerinde yapılmıştır. Bu kaslar sağ ve sol bacaklardaki M. Tibialis Anterior ile M. Quadriceps Femoris kasları; sağ ve sol kollardaki Flexör Digitorum Superficialis ile M. Biceps Brachii kasları; sırt bölgesindeki sağ ve sol Longissimus Thoracis ile Trapezius kaslarıdır. Çalışmada kullanılan bu kaslar alanda uzman kişilerin görüşleri alınarak seçilmiştir. Oyunların icrası esnasında bu kaslardan alınan kasılma verileri tablolar halinde verilmiş ve oyun esnasında hangi kasın ne kadar oranda kullanıldığı tespit edilmiştir.

Öncelikle belirlenen kaslara, verilerin sağlamasının da yapılabilmesi ve ortalamalarının alınarak daha iyi sonuçlara ulaşılabilmesi adına her kasa ikişer adet elektrot bağlanmıştır. Daha sonra tespit edilen, farklı hareket özelliklerine sahip oyunların icrası esnasında kasların kasılma ve aktivasyon oranları elektrotlar vasıtası ve EMG sistemi tekniği ile tespit edilmiştir. Bu şekilde oyun icrası esnasında kasların kasılmaları sonucunda elde edilen ölçüm sonuçlarının minimum, maksimum, ortalama ve standart sapma sonuçlarına ulaşılmıştır. Ulaşılan bu sonuçlar tablolar halinde verilmiştir. Verilerin değerlendirmesi ise ortalama sonuçlar üzerinden yapılmış olup ait olduğu tablonun hemen altında yer verilmiştir.

Tablolar, icra edilen oyunun hareket açısından ait olduğu tür altında yer alacak şekilde tasnif edilmiştir.

**Çalışmanın Sınırlılığı**

Türk halk oyunlarının çok çeşitli tasnifleri günümüze kadar yapılmıştır. Bu tasniflerde halk oyunlarının farklı özellikleri temel alınmıştır. Halk oyunları hareket açısından incelendiğinde 5 ana tür altında toplanabilmektedir. Bu türler bar, halay, horon, karşılama ve zeybektir. Bu gerçekten yola çıkarak çalışmamızda halk oyunlarını 5 ana tür altında inceledik ve ilgili tasnifleri de bu dorultuda yaptık.

Bar türüne ait ve farklı hareket özelliklerine sahip toplam 6 adet oyun tespit edilmiştir. Bu oyunlar Başbar, Daldalan, Dello, İkinci Bar, Kavak ve Mendo Barı oyunlarıdır. Halay türüne ait ve farklı hareket özelliklerine sahip toplam 12 adet oyun tespit edilmiştir. Bu oyunlar Dik Halay, Halay, Havarişko, Hırhır, Kaba Hava, Kırat, Mani, Pekmez, Susam, Tırgi, Tokat Ağırlaması ve Zennube oyunlarıdır. Horon türüne ait ve farklı hareket özelliklerine sahip toplam 8 adet oyun tespit edilmiştir. Bu oyunlar Deli Horon, Erkek Horonu, Gürcü Horonu, Hemşin Horonu, Hozangel, Kız Horonu, Tonya Horonu ve Vazriya Horonu oyunlarıdır. Karşılama türüne ait ve farklı hareket özelliklerine sahip toplam 5 adet oyun tespit edilmiştir. Bu oyunlar Ahmet Bey, Arzu İle Kanber, Küçük Oyun, Menevşe ve Süleyman Ağa oyunlarıdır. Zeybek türüne ve ait farklı hareket özelliklerine sahip toplam 11 adet oyun tespit edilmiştir. Bu oyunlar Ataköy, Cemilem, Eski Harmandalı Zeybeği, Ham Çökelek, Hantuman, İğnem Düştü, Kezban Yenge, Serenler Zeybeği, Silifkenin Toğurdu, Tavas Zeybeği ve Zigoş oyunlarıdır.

Halk oyunlarının tür özellikleri dikkate alınarak gerek icra edildiği coğrafi bölgenin genişliği, gerek oyun zenginliği ve de gerekse oynanan oyunların hareket açısından farklılıkları göz önünde bulundurularak yukarıda isimlerine yer verilen toplamda 42 oyun üzerinde çalışma yapılmıştır. Bu oyunlar içerisinde erkek, kadın ve karma oynanan oyunlar da mevcuttur. Oyunların tespitinde cinsiyet veya başka bir açıdan herhangi bir sınırlama veya kısıtlama yapılmamış olup oyunlar tamamen hareket temelli değerlendirilerek seçilmiştir. Ayrıca iyi bilinen ve oynanan oyunun icrasında dansçı rahat olacağı için vücut kullanımı da en doğru şekilde olacaktır. Bu gerçekten yola

çıkılarak, oyunların tespitinde elde edilecek verilerin daha doğru ve güvenilir olabilmesi adına oyunları icra edenlerin iyi bildikleri oyunların seçilmesine de ayrıca dikkat edilmiştir.

Çalışmanın başlangıcında "her oyunu mahalli insanlara oynattırmak düşüncesi" ile yola çıkılmıştır. Buradaki amaç oynanacak oyunun mahalli insanlar tarafından daha doğru icra edileceği düşüncesi idi. Fakat spor alanında ve de özellikle kaslar üzerinde uzman kişilerin ortak görüşleri "fiziksel özellikleri ve kas yapısı farklı olan kişilerden alınacak verilerin birbirleri ile kıyaslanmasının doğru olmayacağı" şeklinde olmuştur. Kendileri "bu şekilde yapılacak bir çalışma sonucunda elde edilen verilerin birbirleri ile kıyaslama veya karşılaştırılamayacağı, kıyaslanması veya karşılaştırılması durumunda ise doğru sonuçlar elde edilemeyeceğini" belirtmişlerdir. Bu görüş doğrultusunda araştırma kapsamında tespit edilen ve incelenen oyunlar, Türk halk oyunları geçmişi olan, devlet konservatuvarı Türk halk oyunları bölümünden mezun, yaşamları süresince halk oyunlarından başka bir sporla amatör veya profesyonel olarak ilgilenmemiş, vücut ve kas yapıları, yaşam biçim ve kaliteleri birbirine çok yakın iki bir dansçı tarafından icra edilmiştir. Bu dansçıların yaş, boy, kilo gibi fiziksel özelliklerinin aynı olmasına özellikle dikkat edilmiştir. Böylece uzman görüşü doğrultusunda fiziksel farklılık problemi de ortadan kaldırılmıştır.

Yine başlangıçta vücudumuzda kullanılan tüm kaslar üzerinde bir çalışma yapma düşüncesi hâkimdi. Ancak yine uzman kişilerin ortak görüşleri insan vücudunda 640 civarında kas bulunduğu, tüm kaslar üzerinde böyle bir çalışma yapmanın çok zor olacağı, ayrıca kullanılacak olan cihazın böylesi bir çalışma için yetersiz olduğu ve elde edilecek verilerin de çok sağlıksız ve karmaşık sonuçlar doğuracağı şeklinde olmuştur. Böyle bir çalışmanın ancak "ana kas grubu" üzerinde yapılabileceği ortak uzman görüşü ile ortaya çıkmıştır.

Bu doğrultuda çalışmamız "ana kas grubu" üzerinde yapılmıştır. Bu kaslar sağ ve sol bacaklardaki M. Tibialis Anterior ile M. Quadriceps Femoris kasları, sağ ve sol kollardaki Flexör Digitorum Superficialis ile M. Biceps Brachii kasları, sırt bölgesinde sağ ve soldaki Longissimus Thoracis ve Trapezius kasları üzerinde çalışma yapılmıştır.

Birinci bölümde literatür taraması yapılmış olup kültür, folklor, dil – edebiyat, müzik, oyun, dans ve spor hakkında bilgiler verilerek birbirleri ile olan ilişkilere değinilmiştir.

Kültürle ilgili alt başlıkta kültürün farklı tanımlarına yer verilmiştir. Kültür nedir, kapsamı, içeriği, önemi ve özellikleri hakkında bilgi verilmiştir. Kültürün toplumların millet olabilmesinde, milletlerin ayakta kalabilmesinde ve varlığını sürdürebilmesinde nasıl bir etken olduğundan bahsedilmiştir. Maddi kültür ve manevi kültür hakkında bilgiler verilmiştir. Türk kültürünün kısaca tarihi gelişimi, Anadolu'ya gelinceye kadarki süreç hakkında bilgiler verilmiştir. Ayrıca kültür – dil – edebiyat ilişkisi hakkında bilgi verilmiştir.

Folklor ile ilgili alt başlıkta folklorun tarihi ve geçmişi hakkında kısaca bilgi ve tanımlara yer verilmiştir. Kültür – folklor ilişkisinden bahsedilip folklorun kapsamına, dil ve edebiyat ilişkisine değinilmiştir.

Müzikle ilgili alt başlıkta müzik – kültür ile müzik – dil – edebiyat ilişkisine yer verilmiştir. Türk müziğinin gelişim aşamalarına kısaca değinilerek Türk müzik kültürünün oluşumuna yer verilmiştir.

Halk oyunları ile ilgili alt başlıkta oyunun ilk çıkışından itibaren gelişim süreci anlatılmıştır. Oyunun kültürümüzdeki yeri ve önemine değinilmiştir. Oyunun kültür ile oyun – dil – edebiyat bağlantısı ve ilişkisi anlatılmıştır. Oyunun yapısındaki hareket – müzik – dil bütünlüğünden, birbirinden ayrılmaz unsurlar olduğundan bahsedilmiştir.

Dans ile ilgili alt başlıkta dansın tanımı ve ortaya çıkış serüveni hakkında bilgiler verilmiştir. Dans – oyun ve dans – sanat ilişkisi üzerinde durularak Türk ve Anadolu danslarından bahsedilmiştir.

Spor ile ilgili alt başlıkta oyunun ilk çıkışından günümüze kadar olan gelişimine değinilmiştir. Oyunun hareketlerden oluşması gerçeğine dayanılarak sporla olan bağlantısı ortaya konulmuştur. Oyunun rekreasyon ve rekreatif etkinlikler ile ilişkisinden bahsedilmiş olup ısınma, kuvvet, dayanıklılık ve antrenman bağlamında sporla ilişkisi ortaya konulmuştur.

İkinci bölümde halk oyunları kültürel açıdan ele alınmaya ve anlatılmaya çalışılmıştır. Türk halk oyunlarının tür kapsamında beş ana tür altında ele alınabileceği gerçeğinden

yola çıkılarak bu bölüm beş alt başlıkta ele alınmıştır. Bu alt başlıklarda türlerin özellikleri hakkında genel bilgilere yer verilmiştir.

Çalışmada incelenen oyunların tür kapsamında tasnifi yapılmış olup oyunlar oynanış şekli, yöredeki önemi ve varsa hikâyesi gibi kültürel açıdan genel hatlarıyla anlatılmaya çalışılmıştır.

Bu oyunların ait oldukları iller, alfabetik sıra gözetilerek anlatılan oyunun tür özelliğine göre ilgili tür altında yer verilmiştir. Aynı ile ait fakat farklı tür özlliklerine sahip oyunların bağlı oldukları illere her iki tür altında da yer verilmiştir. Bu illerdeki etnik yapı, oyunlar, enstrümanlar, ritmik yapı, geleneksel giyim kuşam resimleri, kıyafetlerin giyinilişlerine göre sıralanmış isimleri, kullanılan fotoğraftaki giysiler üzerindeki motif ve işlemeleri gibi genel hatlarıyla o ilin ve oyunun kültürel özelliklerine yer verilmiştir.

Üçüncü bölümde literatür taraması yapılarak anatomi, fizyoloji, Kinesiyoloji (hareket bilimi), hareket sistemi, iskelet ve kaslar, kas ve eklemler, fiziksel aktivite gibi konularak değinilmiştir.

Anatomi insan vücudunun normal yapı ve şeklini inceleyen bilim dalıdır. Bu alt başlıkta anatominin tanımı yapılarak anatominin alt dalları ve anatomik terimlere yer verilmiştir.

Kinesiyoloji yani hareket bilimi, hareket sisteminin yapı ve özelliklerini, bu özelliklerin hareket anındaki tesirlerinin çeşitli hareketleri, yer, konum ve zamanla olan ilişkilerini, hareketlerdeki sınırlamaları, hareket prensiplerini içeren bilim dalıdır. Bu alt başlıkta alt bilim dalları, hareket yönleri ve vücut ağırlık merkezi gibi halk oyunlarında da kullanılan ve bilinmesi gereken temel konulara yer verilmiştir.

Hareket sisteminde insanın yapmış olduğu tüm hareketlerin oluşumundan bahsedilmektedir. Hareket sistemini iskelet ve kaslar oluşturmaktadır. Bu doğrultuda bu alt başlıkta kas sistemi ve çeşitleri ile iskelet sistemi hakkında bilgilere yer verilmiştir. Kasların ortak özellikleri ile iskelet kaslarının temel fonksiyonlarından bahsedilmiştir. Halk oyunlarında sıklıkla kullanılan hareketlerin kinesiyolojik açıdan kullanılan terimlerine ve görsellerine yer verilmiştir.

Ana kas gruplarının neler olduğundan bahsedilip çalışmada kullanılan kaslar hakkında bilgiler verilmiştir. Bu kasların vücudun neresinde oldukları görsellerle de desteklenerek anlatılmıştır.

Dördüncü bölümde ise EMG/ENMG (Elektronöromiyografi) tekniğinden faydalanılmıştır. EMG, sinirler ve kaslardan alınan elektriksel sinyallerin yazdırılması anlamına gelmektedir. Çalışma "ana kas grubu" üzerinde yapılmıştır. Bu kaslar sağ ve sol bacaklardaki M. Tibialis Anterior ile M. Quadriceps Femoris kasları; sağ ve sol kollardaki Flexör Digitorum Superficialis ile M. Biceps Brachii kasları; sırt bölgesindeki sağ ve sol Longissimus Thoracis ile Trapezius kaslarıdır. Çalışmada kullanılan bu kaslar alanda uzman kişilerin görüşleri alınarak seçilmiştir.

Öncelikle belirlenen kaslara, verilerin sağlamasının da yapılabilmesi ve ortalamalarının alınarak daha iyi sonuçlara ulaşılabilmesi adına her kasa ikişer adet elektrot bağlanmıştır. Daha sonra tespit edilen, farklı hareket özelliklerine sahip oyunların icrası esnasında kasların kasılma ve aktivasyon oranları elektrotlar vasıtası ve EMG sistemi tekniği ile tespit edilmiştir. Bu şekilde oyun icrası esnasında kasların kasılmaları sonucunda elde edilen ölçüm sonuçlarının minimum, maksimum, ortalama ve standart sapma sonuçlarına ulaşılmıştır. Oyun bazında elde edilen veriler tablolar halinde verilmiştir. Verilerin değerlendirmesi ise ortalama sonuçlar üzerinden yapılmış ve ait olduğu tablonun hemen altında yer almıştır. Ayrıca bacakta, kolda ve sırtta en çok kullanılan kasların hangileri olduğu belirtilmiştir.

Tablolar, icra edilen oyunun hareket açısından ait olduğu tür altında yer alacak şekilde tasnif edilmiştir.

Her türün altında, o türe ait oyunların isimlerinin yer aldığı ayrı bir tablo da oluşturulmuştur. Bu tabloda ise incelenen tüm oyunlardaki kullanılan kaslardan elde edilen ortalama değerlere yer verilmiştir. Bu değerlerin aritmetik ortalamaları alınarak tür bazında incelenen kasların kasılma oranlarına ulaşılmıştır. Tablonun altında ise yine hangi kaslar daha fazla kullanılmış ise sonuçları ile yazılmış ve belirtilmiştir.

# BÖLÜM 1. KÜLTÜRDEN SPORA KAVRAMSAL BİR GİRİŞ

## 1.1. Kültür

Gazi Mustafa Kemal Atatürk; "Türkiye Cumhuriyeti'nin temeli kültürdür. Reis-i Cumhur olmasaydım, Kültür Bakanı olurdum." sözleri ile kültürün bir millet için önemini açıkça vurgulamıştır. Bizzat Atatürk'ün direktifleri doğrultusunda kurulmuş olan Türk Tarih Kurumu'nun amacı şu şekildedir: "Atatürkçü düşünceyi, Atatürk ilke ve inkılâplarını, Türk kültürünü, Türk tarihini ve Türk dilini bilimsel yoldan araştırmak, tanıtmak, yaymak ve yayımlar yapmaktır." Yüce Atatürk'ün Türk kültür, tarih ve diline verdiği önem açıkça ortadadır.

"Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu Kanun Hükmünde Kararname; Türklük biliminin ilgi alanını dil ve edebiyatla sınırlı tutmayıp bütünleşik bilgi sistemi dâhilinde ilgili disiplinleri de kapsamaktadır. Türk Tarih Kurumu Başkanlığı'nın görev alanı belirlenirken de "Milli varlığın temel unsurlarından biri olan ve nesilleri birleştirici bütünleştiren tarih bilincini kökleştirerek milli birlik ve kimlik bilincini güçlendirecek, geliştirecek ve yaygın hale getirecek her türlü tedbiri almak" denilmektedir" (Kalafat, 2012: 27).

Kültür, terim olarak dilimize ilk defa Ziya Gökalp tarafından "hars" kullanımıyla girmiş olup son yıllarda "ekin" olarak kullanılsa da bu kelime yaygın hale gelmemiş ve günümüzde "kültür" şekliyle kullanılmaya devam etmektedir. Kültürün gerek kelime anlamı olarak gerek se içerik olarak çok çeşitli tanımları ve tarifleri yapılmıştır. Bunlardan bazıları şu şekildedir.

"Fransızca "culture" kelimesinin iki ayrı anlamı vardır. Bu anlamlardan birini "hars" (milli kültür), diğerini "tehzib" (yetiştirme, yükseltme) biçiminde dilimize çevirebiliriz… Hars halkın geleneklerinden, yapa geldiği şeylerden, örflerinden, sözlü ve yazılı edebiyatından, dilinden, müziğinden, dininden, ahlakından, estetik ve ekonomik ürünlerinden ibarettir" (Gökalp, 2018: 99).

"Kültür; tarihsel, toplumsal gelişme süreci içinde yaratılan bütün maddi ve manevi değerler ile bunları yaratmada, sonraki nesillere iletmede kullanılan, insanın doğal ve

toplumsal çevresine egemenliğinin ölçüsünü gösteren araçların bütünü, hars, ekin" (www.tdk.gov.tr 6 Eylül 2017).

"Kültür sözcüğü Latince de toprağı işlemek anlamına gelen "agriculture" sözcüğünden türetilmiştir. "Yüksek genel bilgi" anlamında kullanılmaktadır" (Yılmaz ve Kaya, 2012: 122).

Ekici (2013, Gaziantep & Barak…: 10) farklı yabancı bilim adamlarının kültür tanımlarını şu şekilde aktarmaktadır: "Bir topluluğun yaşam tarzı (E.B. Taylor). Atalardan gelen maddi – manevi değerler yekûnu (E. Sapir). İnsanın tabiatı ve kendini idare etme yolu ile bizzat meydana getirdiği eser (A. Young). Umumi olarak inançlar, değer hükümleri, örf ve adetler, zevkler, kısaca insan tarafından yapılmış ve yaratılmış her şey (A.K. Kohen). Bir millet fertlerinin iştirak halinde bulunduğu manevi hayat (F.A. Wolf)."

"Kültür, bireyin toplumun bir üyesi olarak iletişim kurmasına, belirli davranışları ve olayları yormasına ve değerlendirmesine yardımcı olan değerler, fikirler ve semboller dizisidir. Kültür, insanların yarattığı değerler sisteminin ahlak, sanat, sembol, gelenek ve göreneklerin karışımı olarak tanımlanır. Bu sınıflandırmalar ulusal, dinsel, tarihsel, coğrafi vb. olabildiği gibi; genel kültür, halk kültürü gibi sınıflandırmalar olabilir" (Artun, 2003: 18).

"Kültür, bir ulusun hayat tarzı, yaşam biçimi olup; onun tarihi geçmişini, doğrudan bireylerin hayatını, günün çeşitli zamanlardaki eylemlerini, geçinme ve ekonomik faaliyetlerini, eğlenme ve dinlenme hayatlarını içermektedir (Baykara, 2001). Kısaca kültür bir insanın ve toplumun bilincidir. Kültür tüm canlı varlıklar gibi yaşar, gelişir, değişir fakat ölümsüzdür" (Onuk, Akpınarlı ve Ortaç, 2003a: 177).

"İnsanların biyolojik kalıtımlarının ötesindeki ihtiyaçlar, doyumlar ve doyumsuzlukların şekillendirdiği ve insanların öğrenme yoluyla kazandığı, edindiği, inşa ettiği maddi ve manevi birikimi, değerleri, yönelimleri, duygu ve düşünce dünyaları, sosyal davranışları, teknolojileri ve sanatlarının tamamını ifade eden ve doğaya eklenmiş yaratmalar, donatmalar bütünüdür" (Çobanoğlu, 1999: 2).

“Kültür, paylaşılan idealler, değerler ve davranış standartlarıdır; bireyin eylemlerini gruplar için anlaşılır kılan ortak belirleyicidir. İnsanlar ortak bir kültürü paylaştığı için belirli koşullarda diğerlerinin nasıl davranacaklarını ve davranışlara nasıl karşılık verebileceklerini kestirebilirler” (Haviland, 2002: 65).

“Kültür, bir toplumda geçerli olan ve gelenek halinde devam eden her türlü dil, duygu, düşünce, inanç, sanat ve yaşayış öğelerinin tümüdür” (Turan, 1994: 13).

“Kültür; yalnız bir milletin din, ahlak, hukuk, akıl, estetik, dil, ekonomi ve fen hayatlarının uyumlu bir bütünüdür” (Gökalp, 2018: 39).

“Kültür, insan davranışının ve bu davranışın yansımalarının arkasında yatan dünyanın soyut değerleri, inançları ve algıları ya da uygulandıkları takdirde üyelerinin uygun ve kabul edilebilir saydığı eylemler yelpazesinde yer alabilen davranışlar üretebilen kurallar ve standartlar kümesi” (Haviland, 2002: 63).

İnsan, var olduğu günden bu güne kadar daima üzerinde yaşadığı ve kendisine sayısız nimetleri sunan çevresiyle yani doğayla ilişki kurmuş, yaşamını idame ettirirken çevresini oluşturan bütün doğal varlıklara müdahale etmiş ve doğaya hâkim olmaya çalışmıştır. Kelime anlamı olarak kültüre; maddi ve manevi olarak her şeyi işlemek, geliştirmek ve yenilemektir diyebiliriz. İnsanoğlu toprağı işleyerek kendi iradesi altına aldığı gibi kendisini ve yarattığı ürünleri de maddi ve manevi olarak işlemiştir. İnsanoğlu teknik ile tabiatı (toprağı), tıp ve spor aracılığı ile kendi vücudunu, sanat ile duygu ve hayalini, ilim ve felsefe ile de düşüncesini işlemiş ve kullanmıştır.

İnsanoğlunun bazı özellikleri genetiktir ve doğuştan gelir, bazı özellikleri ise sonradan öğrenilerek edinilir. Sonradan edindiği ve geliştirdiklerini yaşadığı çevreden ve toplumdan alarak içerisinde yaşadığı topluma göre şekillendirir. Dolayısıyla kültürün genetik özelliği yoktur ve kültür sonradan öğrenilir.

“Kültür öğrenilir, tarihidir ve süreklidir, toplumsaldır, ideal veya idealleştirilmiş kurallar sistemidir, ihtiyaçları karşılayıcı ve doyum sağlayıcıdır, değişir, bütünleştiricidir, bir soyutlamalıdır” (İnce, 1988: 140).

“Kültür toplum bireylerine yön veren ve kişilik veren bir varlık, kişiyi ayakta tutan bir güçtür. Bir milletin dili, dini, gelenek ve görenekleri, sanat eserleri kültürün başta gelen

öğeleridir. Toplumun kültür değerleri bireylere dil yoluyla aktarılır. Bu bakımdan dil ile kültür iç içe geçmiş olgulardır" (Özkan, 2009: 10).

Toplumları bir arada tutan ve farklı kılan özelliklerinin başında yaratmış oldukları kültürleri gelmektedir. Bir milletin kültürü veya benzer bir deyişle milli kültür, geçmişinden bugüne kadar süzülüp gelen maddi ve manevi değerlerin tamamıdır. Bu bağlamda kültürel ürünleri maddi ve manevi olarak iki gruba ayırabiliriz.

Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Teşkilatı (UNESCO) 1972 yılında maddi kültür varlıklarını ve sit alanlarını korumayı hedefleyen Dünya Kültürel ve Doğal Mirasın Korunması Sözleşmesini imzalamıştır. Dünyadaki ülkelerin kültürel kaynaşmayı ve karşılıklı anlayışı geliştirme, kalıcı diyalog ve sürdürülebilir ortaklığı oluşturma yollarını aradığı bu süreçte UNESCO, 17 Ekim 2003 tarihinde Paris'te düzenlenen 32. Genel Konferansı'nda Somut Olmayan Kültürel Miras Sözleşmesini de kabul etmiştir. Bu şekilde UNESCO kültürün maddi ve manevi olarak ikiye ayrıldığını, ayrı başlıklar altında ele alınması gerektiğini de deklere etmiş olmaktadır.

"Somut olmayan kültürel miras UNESCO tarafından; toplulukların, grupların ve kimi durumlarda bireylerin, kültürel miraslarının bir parçası olarak tanımladıkları uygulamalar, temsiller, anlatımlar, bilgiler, beceriler ve bunlara ilişkin araçlar, gereçler ve kültürel mekânlar anlamına gelir. Kuşaktan kuşağa aktarılan bu somut olmayan kültürel miras, toplulukların ve grupların çevreleriyle, doğayla ve tarihiyle etkileşimlerine bağlı olarak, sürekli yeniden yaratılır ve bu onlara kimlik ve devamlılık duygusunu verir, böylece kültürel çeşitliliğe ve insan yaratıcılığına duyulan saygıya katkıda bulunur." (2. Madde 1. Fıkra – aragem.kulturturizm.gov.tr 20 Ağustos 2017). Sözleşmede vurgulanan en önemli konulardan biri somut olmayan kültürel mirasın yaşayabilirliğini güvence altına almaktır. Türkiye'de Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Sözleşmesi'ne 27 Mart 2006 tarihinde resmen taraf olmuş ve sözleşme hükümleri çerçevesinde, Türkiye'deki Somut Olmayan Kültürel Mirasın korunması ve yaşatılmasına yönelik faaliyetlerine hız kazandırmıştır.

"Kültürel miras iki temel grupta ele alınmaktadır. Dokunabilir ve dokunamayan. Dokunabilir kültürel miras somuttur, fiziksel veya maddi kültürel miras olarak da adlandırılmaktadır. Anıtlar, binalar, heykeller, resim ya da diğer taşınabilir ya da

taşınamaz objeler bu gruba girmektedir. Somut kültürel miras çoğunlukla halk tarafından kolayca fark edilebilir. İkinci grup olan dokunulamayan kültürel miras ise, soyut manevi ve depolanması güç olan unsurlardır. Türkiye'de bu kültürel mirası tanımlamak için Somut Olmayan Kültürel Miras ya da kısaltmasıyla SOKÜM adı verilmektedir. Genellikle gözden kaçan ve ilk bakışta algılanması somut mirasa göre daha zor olabilen bu mirasa örnek olarak dil, danslar, iş yapma becerileri, yetenekler, geleneksel bazı davranışlar, el sanatları, yemekler verilebilir" (Öter ve Ünal, 2017: 231).

"Kültür bir milletin yaşayış tarzı, maddi ve manevi her şeyini içine alan değerler topluluğudur" (Özkan, 2009: 99).

"Kültür, toplumların maddi ve manevi değerlerinin tümüne verilen addır. Her toplumun kendine özgü gelenek – görenek ve inanışları vardır. Bu inanışların çeşitliliği ve bunların her toplumda çok sayıda ve çeşitli yapılarda olması bütün toplumlarda farklı halk kültürlerinin var olmasına sebep olmaktadır. Halk kültürü içinde farklılıklar da kültürü ve kültürün içindeki unsurların çeşitliliğini ve devamını dinamik bir şekilde sağlar. Bir milletin varlığı da nesilden nesile aktarılan kültür zenginliklerinin yatılmasına bağlıdır" (Uygur, 2017: 251).

"Amerikan Sosyal Antropoloji âlimi Margaret Mead, kültür kavramına, tabiatın dışında bir milletin hayatına şekil veren maddi ve manevi her şeyi sokuyor. Bir çocuk dünyaya geldikten sonra aile, okul, iş, yeri, çarşı vesair vasıtalarla, içinde yaşadığı toplumun kültürünü alır, şahsiyetine mal eder. Çocuk bu suretle içinde doğduğu ve yaşadığı toplumun bir uzvu ve temsilcisi olur. Bir millete mensup olan her fert, o milletin kültürünü, dilini, dinini, zevkini, inançlarını, örf ve adetlerini beraberinde taşır. Kültür fertleri aşan, fertlere şekil, yön ve şahsiyet veren bir varlıktır" (Kaplan, 2008: 26). Mesela cami dışından bakınca şekil almış bir madde yığınıdır, objektiftir, somut bir varlıktır. Fakat cami sadece maddeden ibaret değil ortak bir inancın ifadesidir.

Somut olmayan kültür, insanlığın tarihsel süreci içerisinde nesilden nesile sözlü aktarım yoluyla yaşattığı tutum, bilgi ve becerilerden oluşan ortak bellektir. Bu ortak bellek dinamik olmasından dolayı değişen dünya koşullarına bağlı olarak gelişme, değişme veya yok olma riski ile karşı karşıyadır. Teknoloji ve özellikle de iletişim araçları vasıtasıyla büyük bir hızla değişen dünya koşulları içinde insanların büyük bir kısmının

bu tehlikenin farkında olmadıkları, farkında olanların da ya bilincinde olmadıkları ya da engel olamadıkları söylenebilir. Bu kültürel değerler milletlerin kültürel belleği olduğu kadar, dünyanın da kültürel zenginliğinin ve çeşitliliğinin önemli bir ibaresidir. Kalkınma ve gelişme ilkeleri başta olmak üzere elde edilen bu birikim ve kazanımları göz ardı etmeden korumak ve gelecek kuşaklara aktarmak ortak sorumluluğumuzdur.

"Maddi kültür aslında tuhaf bir terim olarak karşımıza çıkar. Bizler kültürü her zaman manevi, duygusal ve sözlü olarak algılarız. Bir anlamda bizim kafamızdaki kültür terimi maddesizdir. Bu yüzden kültür bizler için soyut ve kalıplaşmış bir terimdir. Dolayısıyla maddi kültürün elle tutulması, hissedilebilmesi imkânsızdır. Bu yüzyılın en önemli kültür düşünürlerinden biri olan Clifford Geertz'e (1973) göre kültür, bir metin ile eşdeğer olup yorumlanması gereken bir kavramdır. Amerikalı halkbilimci Shoemarker da kültürü bir toplumun her türlü kendini ifade ediliş tarzlarının tamamı veya hayat tarzı anlaşılmaktadır. Bu ifade edilişler davranışlardan, alışkanlıklara, törelerden, gelenek ve göreneklere, korkulara kadar pek çok değişik şekillere sahip olabilir. Aynı şekilde sanat, müzik, mimari, düşünce, edebiyat gibi şuurlu inşa yolları da kültürün içinde yer alır" (Sarıtaş, 2017: 59).

Halkın her alanda kendi ürünlerini ürettiğini görmekteyiz. Bu ürünler genele yani tüm halka ait olabileceği olduğu gibi bölgesel de olabilir. Çünkü her bölgenin gerek coğrafi gerekse toplumsal olarak birbirinden ayrıldığı noktalar vardır. Bu farklı noktalar da ürünler arasında çeşitliliğe sebebiyet vermektedir. Halk kültürü içindeki bu farklılıklar da kültür çeşitliliğinin oluşmasını ve dinamik bir şekilde kültürün devamlılığını sağlar.

"Halk kültürü, bir bölgedeki kültür ürünlerinin tümüdür. Toplumun sosyo – ekonomik dinamiklerini ortaya çıkartmakta, milletin kültür birliğini sağlamaktadır. … Milletleri diğer kültürlerden ayıran kültürel özelliklerin esası halk kültürüdür" (Artun, 2003: 19). Akarsu (1994) Felsefe Terimleri Sözlüğü'nde Milli Kültürü şu şekilde tanımlanmaktadır: "Bir milleti diğer milletlerden ayıran yaşayış tarzı, o millete has duygu ve düşünce birliğinin oluşturduğu ortak ruhtur".

"Kimliklerin daha bir ağırlık kazandığı üçüncü binyılın başında geçmişimizden bize kalan zengin kültür mirasını, sağlam temeller üstüne oturmak isteyen kim ve ne

olduğunun bilincine varmayı amaçlayan yeni nesillere eksiksiz olarak aktarabilmek milli görevlerimizin başında gelmektedir" (Yalman, 2000: V).

### 1.2. Folklor (Halk Bilimi)

Halk kelimesi farklı Avrupa dillerinde volk, vulgus, folk, populus vb. şekliyle kullanılmaktadır. Folklor kelimesi halkbilimi anlamıyla bilimsel platformda ilk defa 1846 yılında İngiliz Antropolog William John Thomas tarafından kullanmış ve The Atheneom adlı dergide bu terimin kullanılmasını tavsiye etmiştir. Thomas, halk edebiyatı ve halk antikitelerini (eski bilimler ve ürünler, eskilik) inceleyen bilime folklor denmesini teklif etmiştir. 1878 yılında İngiltere'de kurulan "Folklore Society" adlı bir dernek, folklor sözcüğünün bir bilim dalına dönüşmesine önemli katkı sağlmıştır.

Folklorun terim olarak Türkçedeki karşılığı "folk: halk, lore: bilim, bilgi"dir. Ve derlenen malzemelerin literatüre geçmesi ile "halk bilimi" manasına gelir. Bu bağlamda kültür ile birebir ilintilidir. Çünkü araştırdığı halkın bilgisidir. Halkın bilgisi de maddi ve manevi olarak yarattıklarıdır, yani kültürdür.

1950'li yıllar Avrupa ve Amerika'da halkbilimi tanımının yeniden gözden geçirildiği ve yeni teorilerin ortaya çıktığı bir dönem olarak kabul edilmektedir.

Metin merkezli kuramlar halkbilimi ürünlerini bitmiş, tamamlanmış ve halksız bir ürün olarak kabul etmekteydi. Bunun aksine sözlü kompozisyon, işlevsel ve performans teorilerinin yer aldığı bağlam merkezli kuramlar, halk bilimi ürünlerinin statik değil dinamik, canlı; geçmişe ait eski ürünlerin yanı sıra yeni ve şimdiye ait ürünler olarak kabul eder. Yani halk bilimi geçmişe dönük eski, statik, değişmeyen kültürel unsurlar olarak değil, halkla birlikte yaşayan, onları üreten ve onları kullanan kişiler tarafından icra edilen, sanatsal bir iletişimin yer aldığı, yaşayan ve yaşanan bir süreci kapsar.

"1950'li yıllardan sonra halkbiliminde ortaya çıkan bu teorilerin yanında, o dönemlerde halk bilimi anlamına gelen folklore kelimesinin sonunda bulunan lore – bilim esas alınarak, halk biliminin yeniden, pekçok tanımlaması yapılmıştır. Özellikle 1960'lı yıllarda Avrupa'dan Amerika'ya yayılan halk yaşantısı anlamına gelen folklife adı verilen çalışmalarla, sözlü yaratmaların yanında, halkın günlük hayatında yer alan

maddi ve manevi geleneksel pekçok halk kültürü de halk bilimin içinde yer almıştır. Böylece halk yaşantısı felsefi ve tarihsel bir disiplin olarak halk biliminden çok daha geniş bir anlam ifade etmiştir. İnsanın sosyal organizasyonu anlamada ve araştırmada yeni ve holistic bir disiplin olarak ortaya çıkan halk yaşantısı çalışmaları ile toplumların tarih ve kültürleri bütüncül bir yaklaşımla incelenmeye başlanmıştır. Dolayısıyla maddi kültür çalışmaları önce Avrupa ve oradan Amerika'ya yayılan halk yaşantısı çalışmaları sayesinde belli bir ivme kazanmıştır denilebilir" (Sarıtaş, 2017: 60-61).

"Folklor; bir ülke ya da belirli bir bölge halkına ilişkin maddi ve manevi alandaki tüm kültürel ürünleri konu edinen, bunları kendine özgü yöntemleriyle derleyen, sınıflandıran, çözümleyen, yorumlayan ve son aşamada birleşmeye vardırmayı amaçlayan bir bilimdir" (Örnek, 2000: 15). "Böylece folklor tarihi akışı içinde sürüp günümüze kadar gelen, insanoğluna ait ortak değerleri ortaya çıkmış ve geleneklerin yaşatılmasına imkân sağlamıştır"(Özer ve Kaya, 2004: 5; Kaya, 2016, Türk Halk…: 16)

"Eyüboğlu (1981); sözlük anlamı olarak folklor; bir ülkede yaşayan halkın kültür ürünlerini, törelerini, törenlerini, geleneklerini, inançlarını, müziğini, oyunlarını, sanatını, halk hekimliğini… vb. inceleyerek bunların birbirleriyle ilişkilerini belirten, kaynak, evrim, yayılım, değişim, etkileşim gibi sorunlarını çözmeye, sonuç, kural, kuram ve yasaları bulmaya yarayan bilim dalıdır" (Sivrikaya, 2002: 6).

"Folklor, belli zamanda meydana gelen aksiyondur. O artistik bir aksiyondur. O yaratıcılık ve estetik kaygıyı içine alır ve bunların her ikisi de kendiliklerinden sanat formlarında birleşmeye yüz tutarlar. Bu anlayışa göre folklor, sanata ait anlatım yoluyla oluşan karşılıklı bir sosyal etkilemedir" (Ekici, 1997, Şartlar…:80).

"İnsanların geleneksel yaşama biçimlerini, inanışlarını, el sanatlarını, araç ve konut yapısını,hekimliğini, tabiatla ilişkilerini, birbirleri ile olan ilişkilerini araştırmak, derlemek, bunları değerlendirirken sonra gerçekten halka ait olan bu kültür değerlerini yazılı ve sözlü kaynaklarla gelecek nesillere aktarmak folklorun amacı ve işlevidir"(Ünal, 2001, Türk Folklorunun…: 125).

"Halkın vicdan ve hafızasındaki manevi değerleri araştıran bir ilim olarak tarif edebileceğimiz folklor, bir milletin Manevi hayatını diri tutmaya vesile olduğu gibi;

tarih, edebiyat, sosyoloji, psikoloji, filoloji gibi ilimlere de malzeme veren çok zengin bir hazinedir" (Yalman, 2000: XIII).

"Folklor kavramı tanımlandığında; halkın gelenek bağlamında günlük hayatının tümünü kapsayan, bir zaman sürekli içinde, insanın beş duyusunun tümüne hitap eden, her türlü düşünce, eylem ve davranışlarını biçimlendiren, örf, adet, gelenek, görenek gibi kurumlarıyla davranış ve tutumlarını belirleyen, efsane, destan, masal, müzik, oyun, edebiyat vb. sosyal ve kültürel hayatın maddi ya da manevi ürünlerinin tümünü kapsayan disiplin anlamında, bilim ya da ansiklopedik bilgi bütününe verilen addır. Kültür ise, toplumu bir araya getirme özelliğine sahip, ulusal nitelikteki maddi ve manevi ürünlerin tümünü kapsar. Özellikleri ve nitelikleri itibarıyla birbiriyle örtüşen bu iki kavramdan folklor; anonim karakterli, bireysel yaratmaların dışında, zaman derinde belirlenemeyen bir dönüme kadar inen ürünleri kapsarken, kültür; kapsam olarak ulusal nitelikte, toplumun sanat ve geleneksel anlamdaki ürünleri ile bireysel yaratmaları da kapsayan, tarih derinliliği bulunan, ancak bilinebilen ve belirlenebilen bir dönemde de olsa, oluşmuş tüm ürünleri içine alır" (Öngel, 2001: 88).

"Toelken ayrıca "gelenek, adet, inanç, teknik yetenek, dil, edebiyat, sanat, mimari, müzik, oyun, dans, drama, ritüel, debdebeli tören veya gösteri, el sanatı gibi, her seviyedeki kültürde bulunabilen, esas olarak sözlü, taklitle ya da gösterim içinde öğrenilebilen, yaratıcı sembolik biçimlerin geniş alanı olan canlı kültür biçimindeki folklor tanımından hareketle bazı folklorcuların sahadaki yaratmaları sözlü/sözel folklor (destanlar, baladlar, lirik şarkılar – ninni, aşk şarkısı, efsaneler, memoratlar, halk hikayeleri, latifeler, atasözleri, bilmeceler, selamlama ve ayrılık kalıp sözleri, atışmalar, yergiler, tekerlemeler vb.); maddi folklor (evler, ahır, ambar, çit tipleri, ev yapımı aletler, oyuncaklar, mezar taşları, yiyecekler, giysiler, oyalar, nakışlar, yamalar, örtüler, yontular, tahta yapıntılar, yorganlar, süslemeler – Noel ağaçları, doğum günü partisi süslemeleri, müzik aletleri ve ritim yapıcılar vb.) ve geleneksel folklor (adet veya alışkanlık haline gelmiş, mutat, adet hükmündeki folklor; bilim ya da dinin resmi sistemiyle aktarılmayan yaygın halk inançları, bölgesel tedavi uygulamaları, danslar, enstrümantal müzik, jest ve mimikler, kaba şakalar, oyunlar ve kutlamalar – festivaller, doğum günü/evlilik/yıl dönümü/cenaze töreni/tatil/yasa ya da teolojinin gerekli bulmadığı dini törenler) şeklinde kümelendiğini belirtmiştir" (Özdemir, 2005: 21).

“Folklor yani halk bilim, bir milletin dünden bu güne yaşadığı olaylarla ilgili bizi bilgilendiren, bir milleti diğer milletlerden ayıran kültürel özelliklerin esasını oluşturan sosyal bir bilim dalıdır ve kültürün tüm parçalarını barındıran zengin bir hazinedir. Folklor, halk tabakalarına ait manevi ve maddi olan bütün kültür belgelerinin koleksiyonudur” (Acıpayamlı, 1978: 865-869).

“Halkbilim özel olarak bir gelenekler araştırmacısıdır ya da genel değerler araştırmasıdır, yazılı olandan çok sözlü olana dönüktür, imzalı olandan çok imzasız olana yöneliktir. Halkbiliminin temel işlevlerinden biri sözlü olanı gerektiğinde yazılı kılmaktır, sözlü geleneğin değerli ürünlerini arşivlere ulaştırmaktır. Halkbilim, dönüşerek süren yaşam değerleri içinde en kalıcı olanı araştırır, alışkılar ve görenekler arasında en yaygın ve en belirleyici görüneni saptamaya yönelir, bu alışkıların ve göreneklerin halk arasında nasıl yansıdığını, ne biçimlerde dışlaştığını gözlemler ve görünür kılar, her şeyden önce de bu değerlerin insani özünü ortaya çıkarmaya çalışır. Kısacası, halkbilim araştırması değerler düzeyinde halk araştırmasıdır, toplumun her düzeyinde, her sınıfında, her kesiminde alışkılar ve görenekler çerçevesinde oluşmuş geleneksel yapıyla ya da değerler dizgesiyle ilgili araştırmadır. Bu araştırma budunbilgisi araştırmasının bir yüzüdür ve elbette onun gibi yerinde ya da toprağında araştırmadır. Budunbilgisi araştırması gibi o da öncesel bilgileri ve hazırlıkları gerektirir. Halkın ürünleri arasında, özellikle sözde yaratılar arasında türküler, şiirler, ninniler, atasözleri, masallar, ağıtlar, bilmeceler, tekerlemeler, oyunlar arasında halkın duygu ve düşünce dünyasına ulaşmak gelişigüzel bir araştırmayla olmaz” (Timuçin, 1988: 44).

“Halk yaşamını enine boyuna araştırmada, bir ülke halkını oluşturan çoğunluğunun ortak ve yaygın davranış kalıplarını, yaşama sevincini, belirli olaylar ve durumlar karşısındaki tavrını; çevresini ve dünyayı algılayışını açıklamada; geleneksel ve törensel yaşamını düzenleyen, zenginleştiren, renklendiren beceri, beğeni, yaratı, töre, kurum ve kurumlaşmayı gözü önüne sermede; bir ucuyla da zamanımıza uzanan gelenekler, görenekler, adetler zincirini saptamada; bu zincirin köstekleyici ya da destekleyici halkalarını tek tek belirlemede; halk kültürünün atar damarlarını yakalayarak bunlardan özgün ve çağdaş yaratmalar çıkarmada halk biliminin rolü ve önemi birinci derecededir” (Örnek, 2000; Karacan, 2013: 35).

“Halk bilimi çalışmaları; bir ülkenin, bir yöre halkının, bir etnik grubun yaşamının bütününü kapsayan ve temelinde o halkı oluşturan insanların ortak ve yaygın davranış kalıplarını, yaşama biçimini, belirli olaylar ve durumlar karşısındaki tavrını, çevresini ve dünyayı algılayışını açıklamada; geleneksel ve törensel yaşamı düzenleyen, zenginleştiren, renklendiren bir dizi beceriyi, beğeniyi, yaratıyı, töreyi, kurumu, kurumlaşmayı göz önüne sermede, bir ucuyla geçmişe, bir ucuyla da zamanımıza uzanan gelenekler, görenekler, adetler zincirini saptamada; bu zincirin köstekleyici ya da destekleyici halkalarını tek tek belirlemede; halk kültürünün atardamarlarını yakalayarak bunlardan özgün ve çağdaş yaratmalar çıkarmada oldukça önem taşımaktadır” (Örnek,1995: 16).

Halk bilimi; insan yaşamının tamamını içine alan ve her şeyini araştıran bir bilim dalıdır. Sosyoloji, antropoloji, müzikoloji, arkeoloji, dil, edebiyat, tarih, dans, müzik, tıp, meteoroloji, mimari, ekonomi kısaca insana ait her bir unsuru ve bu unsuru içerisinde barındıran tüm bilim dallarını bünyesine almaktadır.

Halk biliminin; dil bilimi, tarih, edebiyat, sosyoloji, din bilimi, coğrafya, antropoloji, etnoloji, etnografya, arkeoloji, meteoroloji, zooloji, ad bilimi, tıp, müzikoloji, mimari, ekonomi, hukuk, güzel sanatların tüm dallarıyla ilgisi bulunmaktadır (Baykurt, 1976: 20).

Kültürün ögelerini, dil, yazı, din, bilim, sanat, resim, heykel, mimarlık, mutfak gibi farklı unsurlar da görmekteyiz (Küçüktopuzlu ve Tekin, 2001: 82).

“Kültürümüz dediğimiz tarih, dil, din, masal, hikâye, bilmece, atasözleri, halk hikâyeleri, gelenek görenekler, komşuluk ilişkileri, saygı, sevgi, el sanatları, halı, kilim, mimari, mutfak kültürü vs. gibi maddi ve manevi sözlü ürünler bizi biz yapan, bize özgü ve bizi tanımlayan özelliklerdir. Bu unsurlar ise bir milletin veya bir toplumun hayatta kalmasında ve varlığını sürdürmesinde iskelet görevi gören en önemli unsurlardandır” (Ekici, 2010, Gaziantep Kına…: 27).

“Orta Asya’dan Anadolu’ya göçer yaşam gereği olarak çadır yapımında ve yaşantısında kullanılan malzemelerin çoğunluğunu kendilerinin yapma zorunluluğu, içinde yaşayan kişileri genellikle bir beceriye, bir sanata sahip kılmış, dokumacılık, Keçecilik, işlemecilik ve diğer el sanatları pratikten geleneksel yollarla gelişmiştir. El

sanatlarımızdaki en basit gibi görünen bir motif ardındaki binlerce yıllık bir kültür oluşumunu, gelenekleri, görenekleri, efsaneleri ve inançlarıyla yeni bir anlatım ve ifade zenginliği taşımaktadır" (Onuk, 2001: 85).

Kaşgarlı Mahmut'un Divanü Lugat-it Türk, İbn Bibi ve Aksarayi Selçuklu dönemi, Mevlana Celaleddin Rumi Divan-ı Kebir, Eflaki'nin Menakıbu'l – Arifin Anadolu dönemi, Evliya Çelebi Seyahatnameleri, surnameler, minyatürler vd. her biri çok önemli birer kültür taşıyıcısıdır.

"Her millet maddi ve manevi unsurları ile bir bütündür. Kültür ve medeniyetler tarih boyunca oluşur ve gelişir. Bir medeniyeti vücuda getiren her şey birbirine bağlıdır. İslami devir Türk kültür ve medeniyetine ana fikirleri arkasından bakarsak, musiki ve edebiyatı, mimari ile minyatürü ayırmamak icab eder" (Kaplan, 2008: 14).

Kültür milletin oluşumunda, hayatta kalmasında ve devamlılığını sağlamasında adeta bir iskelet görevi görmektedir. Bu yüzden bir milleti anlamada, tanımada ve tanımlamada kültürel öğeler çok önemlidir. Bir milletin kültürü, aynı zamanda o milletin kimliğidir. Kültürün önde gelen en önemli unsurları ise dil ve müziktir. Her iki unsuru da bünyesinde barındıran ise oyundur.

Müzik ve oyun, ilkel dönemlerdeki dinsel törenlerin ve buna bağlı olarak da büyü ve sihrin bir parçası idiler. Yapılan bu ayinlerde çıkartılan sesler ile birlikte yapılan hareketler, ölenin ruhunu yüceltmek, rahatlatmak, dinlendirmek, ölünün yaşamakta olan diğer canlılara verebileceği zararları önlemek, canlıdan kötü ruhları kovmak amaçlı yapılırdı. Müzik ve oyun, bu kapsamda bir motivasyon aracı olarak kullanılırdı. Ölünün adına yakılan sagular, ağıtlar, söylenen türküler bugünkü müziğin, türkünün ve oyunun temelini oluşturmuştur. Zamanla dilin oluşumu ve edebiyatın gelişmesi ile birlikte müzik ve oyun ifade zenginliği kazanmıştır.

Ortaya çıkışları hangi nedenlerle olursa olsun, sürekli tekrarlana tekrarlana tarihi süreci içerisinde geleneklere bağlı olarak gelişerek bugünkü yapısal formları oluşturan oyun ve müzik kültürü, diğer halk kültürleri ürünlerinde olduğu gibi etkileşim yollarına bağlı olarak sürekli değişim göstererek yayılırlar (Sivrikaya, 2002: XXI).

Türkiye'de halk kültürleri denilince akla ilk etapta halk oyunları, halk edebiyatı, el sanatları, gölge oyunları gibi konular gelmektedir (Aydın ve Karademir, 2003: 30).

İnsanlar bir araya gelerek topluluğu oluştururlar. Topluluklar büyüdükçe halk halini alırlar ve bir arada yaşamayı öğrenirler. Bu birliktelikte kendi içlerinde bir takım yazılı veya sözlü kurallar oluşur. Zaman geçtikçe kültürel birlikteliğin ve devamlılığın oluşmasıyla halk millet olmaya doğru yol alır.

Türk Dil Kurumu toplum, halk ve milleti şu şekilde tanımlamaktadır: "Toplum; aynı toprak parçası üzerinde bir arada yaşana ve temel çıkarlarını sağlamak için iş birliği yapan insanların tümü, cemiyet.Halk; aynı ülkede yaşayan, aynı kültür özelliklerine sahip olan, aynı uyruktaki insan topluluğu, aynı soydan gelen, ayrı ülkelerin uyruğu olarak yaşayan insan topluluğu, bir ülke içerisinde yaşayan değişik soylardan insan topluluklarının her biri, belli bir bölgede veya çevrede yaşayanların bütünü, bir ülkedeki yurttaşların bütünü.Millet; çoğunlukla aynı topraklar üzerinde yaşayan, aralarında dil, tarih, duygu, ülkü, gelenek ve görenek birliği olan insan topluluğu, ulus" (www.tdk.gov.tr 6 Eylül 2017).

Görüldüğü gibi her üçü de birbirine benzer olsa da birbirlerinden ayrıldıkları çok net noktalar mevcuttur. Bu noktalar da toplumdan millete doğru gidildikçe belirginleşen ve ortaya çıkan kültür özelliğidir.

"Toplum, ortak bir mekânda birlikte yaşayan, temel sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için çeşitli gruplar halinde iş birliği yapan, ortak bir kültüre bağlı olarak sosyal görevler üstlenmiş bireylerin örgütlenmiş halidir. Bir başka ifadeyle toplum, insan davranışlarını düzenleyen sosyal kurumların meydana getirdiği bir sistemdir. Toplum, farklı şekillerdeki beşeri hayatın gerektirdiği belli şartları, toplumca yerine getiren muhtelif gruplar halinde organize olmuş insanların meydana getirdiği bir bütündür" (Yetim, 2010; Karacan, 2013: 34).

Kültür, topluluğu toplum haline getiren, toplumun yaşayış, biçim, tarz ve yöntemlerini belirleyen, sosyal yapısını oluşturup yönlendiren, sonra o toplumu millet yapan ve diğer milletlerden ayrışmasını sağlayan maddi ve manevi unsurlardır. Bu unsurlar zaman içerisinde gerek dış dinamikler, gerekse de ihtiyaçlar doğrultusunda değişme, gelişme

ve yenilenme özellikleri taşıyan dinamik bir yapıya sahiptir. Ortak dil, tarih, din, ahlak, hukuk, düşünce ve felsefe, örf, adet, gelenek, görenek, sanat bunlardan bazılarıdır.

"Toplulukları ve bireyleri birbirinden farklı kılan veya benzerliklerini belirten en önemli unsur kültürdür. Bir başka deyişle kültür bireyin veya toplumun bilincidir. Toplulukları veya ulusları meydana getiren bireylerin duygu, düşünce, dil, inanç vb. unsurları kültürün en önemli öğeleridir" (Onuk, Akpınarlı ve Ortaç, 2003b: 192).

"Kültür olgusunun önemi, insan ve toplum davranışlarını belirleyen temel unsur olması ve toplumların binlerce yıllık geçmişlerini yansıtmaktadır. Bu birikimi algılayıp özümsemeden bu günü değerlendirmek ve yarını anlamaya çalışmak mümkün değildir" (Ünal ve Özdinçer, 2003: 254).

"Kültür, bireyin toplumun bir üyesi olarak iletişim kurmasına, belirli davranışları ve olayları yorumlamasına ve değerlendirmesine yardımcı olan değerler, fikirler ve semboller dizisidir. Kültür, insanların yarattığı değer sisteminin ahlak, sanat, sembol, inanç, gelenek ve göreneklerin karışımı olarak tanımlanır" (Artun, 2003: 18). Halk oyunları kültürümüze ait milli ahlak, sanat, sembol, inanç, gelenek ve göreneklerimizi temsil etmektedir.

"Bir millete kimlik kazandıran, diğer milletlerle arasındaki farkı belirlemeye yarayan, tarih boyunca meydana getirilen o millete ait maddi ve manevi değerlerin uyumlu bir bütünüdür. Bir toplumu millet yapan ve onun bütünlüğüne sağlayan milli kültürdür" (Türkdoğan, 2005: 144).

Gökalp (2018: 48) "bir kavim, kültür bakımından yükseldikçe politik açıdan da yükselerek kuvvetli bir devlet oluşturur. Diğer taraftan da, kültürün yükselmesinden medeniyet doğmaya başlar" diyerek kültürün güçlü bir devlet olma ve ileri bir medeniyete sahip olmadaki önemini vurgulamaktadır.

"Türk halk kültüründe dile gelen değerler Türk halkının binlerce yıldan beri bağlı bulunduğu değerlerdir" (Kaplan, 2008: 46).

Neredeyse tarihle yaşıt bir medeniyete sahip olan Türk milletinin köklü, zengin ve çok renkli bir kültürü vardır. Bunun en büyük nedeni aslen konar – göçer yaşayan Türklerin sürekli yeni yerlere göç etmesi, yeni medeniyetlerle tanışması, onlarla kültürel olarak

alış – veriş yapmasından kaynaklanmaktadır. Zaman içinde daha da zenginleşen ve gelişen Türk kültürü bin yıllar boyunca Türk milletini ayakta tutan unsurların başında gelir. Çünkü milletleri ayakta tutan ve daimîliğini sağlayan tek unsur kültürdür.

Divanü Lugat-it Türk'te yer alan savlarda "vilayet terk edilir, adet (töre) terk edilmez" yazmakla, Türk kültür hayatı içerisinde törenin ne kadar önemli olduğuna göndermeler yapılmaktadır. Töresini kaybeden toplum, kendi devamlılığını sağlayacak dinamikleri de kaybetmiş olacaktır. Bu nedenle Türkler, "il gider, töre kalır" özünü benimsemiş ve gittikleri yerlerde yeni devletler kurabilmişlerdir (Berber, 2017: 62).

"Türkler geniş bir coğrafya üzerinde sürekli hareket halinde oldukları için birbirinde çok farklı toplumlar ve kültürlerle karşılaşmışlardır. Bu kültürlerden birçok unsur almışlar ve o kültürlere de pek çok şey hediye etmişlerdir. Kültürel etkileşim Türk kültürüne ve geleneksel değerlerine dinamik bir yapı sağlamıştır" (Koca ve Koç, 2017: 98).

"Yüksek seviyede olan hiçbir kültür saf değildir. Kültür asırlar boyunca gelişmiştir. Bu gelişmede çeşitli kültürler arasındaki münasebetlerin büyük rolü vardır. Milletler tarih boyunca birbirlerinden maddi ve manevi pek çok şey almışlardır" (Kaplan, 2008: 33).

"Bilindiği gibi Türkler Anadolu'ya gelmeden önce dünya coğrafyası üzerinde sık sık yurt değiştirerek çok geniş bir alana yayılmışlar, birçok kültür ve dinin etkisi altında kalarak farklı uygarlıklar yaşamışlardır. Kaynaklarda Anadolu'nun tamamen Türkleşmesi 1071 Malazgirt zaferi ile birlikte olduğu yazılmış olsa da, Türklerin Orta Asya'dan çıkarak Anadolu'ya ve Anadolu üzerinden Orta Avrupa'ya kadar çeşitli zamanlarda göç yaptıkları bu tarihten çok daha eskilere dayanmaktadır" (Dikici, 1988: 186). Bu yüzden Türk kültürününkökenini ve izlerini belirli bir coğrafi alan veya bölgede aramak doğru olmayacaktır. Türklerin yaşadıkları, yerleştikleri, devlet kurup egemen oldukları coğrafyaların tamamında aramak ve takip etmek en doğrusu olacaktır.

"Türk devlet ve topluluklarının tarih sahnesinde görünmeye başlamalarından itibaren, zamanda büyük bir coğrafyaya yayılmış olmaları ve özellikle Osmanlı İmparatorluğu döneminde daha da artarak devam eden etkileşimleri, ülkede birbirinden farklı kültürlerin yaşayıp kaynaşmasına, çok kültürlü oluşumların gerçekleşmesine doğal bir zemin hazırlamıştır" (Levendoğlu, 2005: 254).

“Kültürler arası etkileşme ve ilişkilere en çok katkısı olan öğelerden birisi de İpek Yolu olmuştur. Anadolu Yarımadası, Çin, Hindistan, Türkmenistan, İran ve Avrupa arasında yalnız ticari ilişkilerin değil kültürel ilişkilerin de kurulmasına katkı sağlamıştır” (Avşar, 2003: 27).

“Türk kültürünün ana kaynağının Orta Asya olduğu bilinmektedir. Fakat Orta Asya’dan göç ederek Anadolu’ya gelen Türkler Anadolu kültüründen etkilendiği gibi özellikle İslamiyet’in kabulü ile birlikte Arap kültüründen de etkilenmiştir. Bugünkü bazı halk kültürü ürünlerinde, Türklerin İslamiyet’ten önceki eski inanış ve geleneklerin izlerini bulmak ta mümkündür” (Ekici, 2013, Gaziantep & Barak…: 11).

“VIII. yüzyılın sonunda Arap akımı istilası ile başlayan İslami dönem Orta Asya’ya yeni bir Yakın Doğulu etkisini getirmiştir. Bu yüzyıldan itibaren İslamiyet yavaş yavaş Türkler arasında yayılmaya başlamış ancak, Türk topluluklarının kitleler halinde İslamiyet’i kabulü X. yüzyılı bulmuştur. X. yüzyıl, Ortadoğu’da İslami ilimlerin en parlak devrini yaşadığı dönemdir. Bu dönemde, ilim ve sanat hayatında hızlı bir yükselme başlamıştır” (Levendoğlu, 2005: 255).

Aydın (2003, Uluslararası İlişkiler…: 41), Birsel’in (1990: 76) görüşlerini şu şekilde aktarmaktadır: “Asırlar boyu, Avrupa Ülkeleri ile birlikte yaşanan ortak tarih sonucunda kaçınılmaz olarak bir kültür sentezi oluşmuştur. Bu doğal gelişmenin sonucunda, köklü bir Osmanlı Kültürü ile Batı Kültürü bir potada erimiştir. Esasen kültürümüz, ülkemizin coğrafi konumunun etkisindedir. Anadolu, doğu ile batı uygarlıklarının uzlaşma noktası olmuştur. Dolayısıyla bu uzlaşı, Türk kültür kimliğini oluşturmuştur.”

“Anadolu coğrafi konumu nedeniyle tarih boyunca Asya, Avrupa, Afrika, Mısır ve Mezopotamya kültür yollarının kesiştiği bir merkez olmuştur. Orta Asya'dan Anadolu’ya 9. yüzyıldan başlayarak küçük gruplar, 11. yüzyıldan itibaren büyük kitleler haline gelmeye başlayan Oğuz ve Türkmen boyları, Anadolu’nun bugünkü kültürel yapısını oluşturmaya başlamışlardır. Bu tarihi süreçte Anadolu Türkleşmiş, Türklerde Anadolulaşmıştır” (Erden, 1998: 4-12).

“Ülkemiz birçok medeniyetlerin beşiği ve köprüsü olmuş, eski medeniyetlerin geleneklerine, kültürlerini mirası olarak almış, farklı kültürlerin kesiştiği yol kavşağındadır. Bu farklı medeniyetlerin etkisiyle her bölge, kendi kültürünü oluşturmuş

bunu folkloruna, halkoyunlarına ve giysilerini yansıtmıştır. Doğal olarak, batılı ve gelişmiş toplumlar, farklı medeniyetlerin oluşturduğu bu zengin kültüre ve onu barındıran bu güzel coğrafyaya tabii ki ilgi duyacaktır" (Güner, 2001: 59).

"Temelini Orta Asya'dan alan zengin Türk kültürü gelişerek günümüze kadar gelişmiştir. Ülkemizin coğrafi, jeopolitik durumu, dört iklimi aynı anda barındırması, bu topraklar üzerinde yaşayan insanların yaşayışına, kültürüne etken olmuş ve çeşitliliklerin, varyantların oluşmasına sebep olmuştur"(Ay, 2001: 20).

"Türkiye folklorunun coğrafi konumu ve tarihsel bağlarıyla kendine özgü bir durumu vardır. Anadolu tarih boyunca göçlerin, çeşitli kültürlerin, savaşların, ticaret yollarının üzerinde otuzun üstünde devletin kurulduğu bir yerdir. Folklor, özü gereği statik değil dinamiktir. Folklor halk yaşayışı bilimidir, kültür topluluğunun ortak malı olduğu için ulusal yapının bir parçasıdır. Kültür doğası gereği değişkendir. Gelenek zaman boyutunda bir başka geleneğe ulaşacaktır. Her folklor ürünü belli bir kültür içinde oluşur ve canlılığını sürdürür. Folklor geçmişteki bir kültür, geçmişten günümüze gelmiş bir kalıp değildir. Yaşayan bir kültür topluluğunun bugünkü gereksinimini karşılayan bir sosyal kurumdur" (Artun, 2001: 15).

Anlaşılacağı gibi kültür, doğası gereği etkilemeye ve etkilenmeye çok açık bir netlik taşımaktadır. Anadolu kültürü ise tam bir mozaik örneğidir. Belki de dünyada bu denli hareketli bir bölge daha olmamıştır. Milattan önce 2500 – 2000 yıllarında Anadolu yarımadasında yaşayan ilk bilinen yerleşik halk olan Hititlerden başlayarak sayısız uygarlık Anadolu kültürüne katkıda bulunmuştur. Hititler, Urartular, Frigler, Lidyalılar, İonlar, Hellenler, Romalılar, Selçuklular, Bizanslılar, Osmanlılar, Osmanlı İmparatorluğunda yer alan Türkler, Araplar, Rumlar, Ermeniler, Kürtler, Türkmenler, Arnavutlar, Balkan göçmenleri vb. okul yıllarından bildiğimiz toplumlardır ve daha nicelerinden söz edilebilir. Anadolu, bu toplumlar arasındaki savaşlara sahne olmakla hem çok acı çekmiş hemde bu kültürlerin sentezi yoluyla özellikle sanatsal değerler açısından çok zenginleşmiştir. Dönemsel özellikleri aktarmak bakımından fotoğraflar, minyatürler, gravürler, seyahatnameler çok yararlı kaynaklardır (Avşar, 2003: 26)

Orta Asya'dan çıkan Türkler, çeşitli göçler sebebiyle dünya üzerinde farklı coğrafyalara dağılarak değişik kültürlerden etkilenmiştir. Bu şekilde de tarifi imkânsız kültürel bir

zenginliğe sahip olmuştur. Anadolu Türk Kültürü de, Türk kültürünün yaşandığı ve sergilendiği önemli coğrafyalardan sadece bir tanesidir. Fakat son yıllarda gerek bazı medya organları, gerek bazı sanatçılar ve gerekse de bazı yazarlar "Anadolu Kültürü" veya "Türkiye Kültürü" kavramlarını ortaya atmışlar ve bu kavramları sıklıkla kullanır olmuşlardır. Bu anlayışı doğrulamak için de, Türklerden önce Anadolu'da farklı milletlerin ve buna bağlı olarak farklı medeniyet ve kültürlerin yaşadığını da delil olarak göstermektedirler. Hatta çok daha önce yaşamış, tarih sahnesinden silinmiş olan ölü milletleri de bu kültürün bir parçası ve ortağı olarak göstermektedirler. Bu şekilde, Anadolu Kültürünün, Türk Kültürü olmadığı, Türklere ait olmadığını düşünmekte, dile getirmekte hatta insanlara dikte ettirmektedirler. Fakat çok büyük bir yanılgıya düşmektedirler. Tarihleri boyunca Türkler nasıl ki çeşitli vesilelerle iletişime geçilen medeniyet ve milletlerle kültürel açıdan alış – veriş gerçekleştirmişlerse, Anadolu'ya geldiklerinde de burada yaşayan halklardan etkilenmiş ve kültürel alış – verişi gerçekleştirmişlerdir. Bu şekilde de kuşkusuz ki Orta Asya'daki soydaşlarından farklı yeni bir kültürel seviyeye ulaşmışlardır. Ancak bu oluşan yeni kültür, yani Anadolu kültürü; bir kültürün bozulmalar neticesinde değişerek başka bir kültür haline gelmesi demek olan kültürel yozlaşma şeklinde olmamıştır. Türkler Anadolu'da var olan kültürü alıp kendi öz kültürü içerisinde yoğurup yeni bir kültür yani Anadolu Kültürünü oluşturmuştur. Anadolu kültüründe de baskın olan yine Türk kültürüdür. Bu gerçeği de ortaya koyan en önemli deliller, hala Orta Asya'da yaşayan soydaşlarımızın sürdürdüğü Türk kültürü ile Anadolu Kültürünün ortak özellikleridir. 250 – 270 milyon civarında bir nüfusa sahip olduğu düşünülen Türk Dünyasının 150 milyonluk önemli bir bölümünün yaşadığı Batı ve Doğu Türkistan'daki Türk kültürü ile Anadolu (Türkiye) kültürünün ne kadar örtüştüğü ortadadır. Özellikle, Sovyetler Birliği'nin dağılması ile tam bağımsızlıklarına tekrar kavuşan Türk Devletlerinin kurulması sonrasında yapılan araştırmalar yukarıda bahsettiğimiz gerçeği daha net bir şekilde ortaya koymaktadır.

Türkler, ilk çağdan beri kendi kültürlerini gittikleri yerlere götürmüşler, yabancı kültürlerden fazla etkilenmeden, oralarda kültürel hâkimiyetini kurmuş ve oraları Türkleştirmişlerdir. Anadolu bunun en güzel örneklerinden biridir (Çakır, 1988: 80).

"Türk halk kültürü Türklerin göçüp yerleştikleri devlet kurup egemen oldukları bütün ülkeleri kapsar. Anadolu'da geleneksel yaşamı sürdüren toplulukların yüzyıllar boyunca

kendi dil, kültür ve beğenileriyle oluşturup yaşattıkları kültürün ortak adıdır. Bu kültür, halkın duygu, düşünce ve beğenisiyle süzülerek günümüze gelmiş, toplum, insan ve doğa gerçeğiyle şekillenmiştir" (Artun, 2008: 441).

"Dokuz yüzyıl önce Anadolu'ya akıp gelen insan dalgaları, kendilerine özgü inanışlarını törelerini, geleneklerini, sanatlarını da beraberlerinde da getirdiler. Bunlardan bazıları aynen saklanmış bazıları da Anadolu kültüründe yeni bir oluşumla yeniden şekillenmiştir. Türkler tarih sürecinde karşılaştıkları kültürleri alıp kendine miras kalan Türk kültürü potasında eriterek kendi damgasını vurmuştur. Halk kültürü ürünleri bir milletin milli kimliğini belirten, oluştukları toplumun ortak kabullerini alarak kendilerine özgü gelenek yaratırlar" (Yıldırım, 1998: 37).

Türk tarihinde bazı kavimler ve bazı devletler zaman içerisinde yok olmuşlardır. Geçmişte Avarlar ile Hazarlar önce devlet olarak yok olmuşlar, daha sonraları ise kavim olarak yok olmaktan kurtulamamışlardır. Aslen Türk olan Bulgarlar da aynıdır. Bulgarlar din ve dillerini değiştirdikleri için milli varlıklarını kaybetmişlerdir. Altaylarda yaşayan Türklerin bir kısmı Ruslaşmış, Ruslaştırılmıştır. Yine Çinlileşen Türk kavimlerinin olduğunu da ilgili kaynaklardan biliyoruz. Tüm bunların ana sebebi kültürlerini ve dillerini unutmalarıdır.

Bunlarla birlikte bugün Türkiye dışında yaşayan ve varlıklarını, kimliklerini koruyan milyonlarca Türk soyu vardır. Kırgız, Kazak, Azeri, Türkmen, Özbek, Kırım, Ahıska Türkleri vd. Sovyetler birliği içinde yarı müstakil bir hayat sürmüşler fakat dil ve kültürlerini bırakmadıkları için halen kimliklerini sürdürebilmişlerdir. Ayrıca din değiştirmiş olmalarına rağmen dil ve kültürlerini korumuş olan Gagavuzlar halen kimliklerini sürdürebilmektedirler.

"Bulgarlar IX. yy. dan önce Türk'tüler. Fakat bu asırlardan sonra Slav ve Hıristiyan kültürü tesiri altında kalarak milli şahsiyetlerini kaybetmişlerdir. Yalnız İslamiyet birçok bakımlardan eski Türk medeniyetine uygun olduğu için, muazzam tesirine rağmen Türklüğü yok edememiş, tam aksine onun asırlarca süren büyük bir devlet ve medeniyet kurmasını sağlamıştır" (Kaplan, 2008: 34-35).

Buradan da anlaşılacağı üzere kültür, bir milletin ayakta kalabilmesinin yegâne yoludur. Her ne kadar kültürel değerlerimizin sayısı onlarca ise de kültürü taşıyan ve nesilden nesile aktaran dildir.

### 1.3. Dil – Edebiyat

"Dil; insanların düşündüklerini ve duyduklarını bildirmek için, kelimelerle veya işaretlerle yaptıkları anlaşma, lisan" (www.tdk.gov.tr 15.06.2017).

"Ses, insanoğlunun hemen bütün faaliyetlerine refakat etmek, bilhassa geceleyin hareketler göze görünmez olduğu vakit, uzaktan haber verici bir vasıta olmak dolayısıyla, çabucak mana kazanmış ve dil haline gelmiş olmalıdır... Dil, insan hayatının her anına refakat ettiği için dil ile insan arasında çok sıkı bir bağ kurulur. Bundan dolayı, dile, dildeki ifade şekillerine bakınca bir milletin çağlar boyunca yaşadığı bütün duygu, düşünce ve hayallerinin akislerini buluruz" (Kaplan, 2008: 135-177).

"Dil bir milletin kültür değerlerinin en başında yer alır. Bu bakımdan ona büyük önem vermek gerekir. Aynı dili konuşan insanlar millet denilen sosyal varlığın temelini oluştururlar" (Özkan, 2009: 22).

Mustafa Kemal Atatürk 29 Ekim 1933'deki 10. Yıl Söylev'inde "Bu gün Sovyetler Birliği, dostumuzdur; komşumuzdur, müttefikimizdir. Bu dostluğa ihtiyacımı vardır. Fakat yarın ne olacağını bugünden kimse kestiremez. Tıpkı Osmanlı gibi, tıpkı Avusturya – Macaristan gibi parçalanabilir, ufalabilir. Bugün elinde sımsıkı tuttuğu milletler avuçlarından kaçabilirler. Dünya yeni bir dengeye ulaşabilir. İşte o zaman Türkiye ne yapacağını bilmelidir. Bizim bu dostumuzun idaresinde dili bir, inancı bir, özü bir kardeşlerimiz vardır. Onlara sahip çıkmaya hazır olmalıyız. Hazır olmak yalnız o günü susup beklemek değildir. Hazırlanmak lazımdır. Milletler buna nasıl hazırlanır? Manevi köprülerini sağlam tutarak. Dil bir köprüdür. İnanç bir köprüdür. Tarih bir köprüdür. Köklerimize inmeli ve olayların böldüğü tarihimizin içinde bütünleşmeliyiz." diyerek dilin ne denli önemli bir unsur olduğunun altını çizmiştir.

"Dil, duygu ve düşünceyi insana aktaran bir vasıta olduğu için, insan topluluklarını bir yığın veya kitle olmaktan kurtararak, aralarında duygu ve düşünce birliği olan bir

cemiyet, yani millet haline getirir. Ana, baba, çevre, okul, çocuğa dil vasıtasıyla cemiyetin asırlar boyunca biriktirdiği hayat tecrübesini ve kültürünü de aktarır" (Kaplan, 2008: 39).

Kültür denilince ilk akla gelen unsur dildir. Dil toplumu millet haline getirip sosyal açıdan birleşmesini sağlamakta, duygu ve düşünce birliğinin oluşumunu sağlamaktadır. İnsanlar duygu ve düşüncelerini yazıya geçirince kalıcı ve daha sağlam bir birlik ve beraberlik meydana getirir. Çünkü yazı sayesinde duygular ve düşünceler hem zaman, hem de mekân içinde kalıcı olmakta ve gelecek nesillere de ulaşması sağlanmaktadır.

Dünyada gelişmiş bir dil ve edebiyata sahip olmayan toplumların kültürlerin de fazla gelişmediği görülmektedir. Kültürleri fazla gelişmeyen toplumlar ise başka toplumların kültürleri etkisinde kalmaya, asimile olmaya, yozlaşmaya ve yok olmaya mahkûmdurlar. Bunun örneklerine tarihin tozlu sayfalarında çokça rastlamaktayız. Bir toplumun kendi kimliğini ve varlığını sürdürebilmesi için evrensel değerlerin yanı sıra kendi kültürel değerlerine sahip çıkıp onları yaşatmaları, geliştirmeleri ve gelecek nesillerine aktarmaları gerekmektedir. Bir toplumu veya milleti var eden, ileriye götürüp yaşatan mutlaka kültürel varlıklarıdır.

"Dil ile milli ruh ve kültür birbirinden ayrılmaz. Dil kültürün temeli ve taşıyıcısıdır. Onu yıktınız mı milli ruh ve kültür diye bir şey kalmaz" (Kaplan, 2008: 214).

"Milletler, gelişigüzel insan yıllarından ibaret değildir. İnsan yığınlarını millet haline getiren kültürleridir. Aynı dili konuşan insanlar başkasından ayrı bir topluluk teşkil ediyorlar. Dilin yanı sıra din, örf ve adet, yardımlaşma ve korunma teşkilatları da önemli bir rol oynuyor. Sosyologlar milletleri millet yapan maddi, manevi ortak değer ve müesseselerin hepsine kültür adını veriyorlar" (Kaplan, 2008: 24).

"Kültürün temel unsuru olarak kabul edilen ve sosyal bir müessese olan dil, durgun ve değişmez bir varlık değildir. Bir milletin duygu ve düşünce hazinesi dil vasıtası ile nesilden nesle aktarılır" (Özkan, 2009: 79).

"Belli bir yaşa gelen çocuk sokakta, okulda, çevresinde, radyoda, televizyonda, kitaplarda, gazetelerde binlerce kelime, cümle ve deyimle karşılaşır. Bunlar çocuğun kültür ve dil hazinesini oluşturur. Bir sosyal çevrede günlük hayatta kullanılan bütün bu

kelimeler, cümleler, deyimler, kalıplaşmış sözler vb. ortak dili oluşturur" (Özkan, 2009: 23).

Bütün toplum türlerinin incelenmeye değer bazı özellikleri vardır. Bu özellikler gelenek – görenekler, duyguları anlatış biçimleri, konutlar, giysiler, müzikler, oyunlar, kısaca halk bilimi kapsamında ele alınması gereken ne varsa birbirinden değişiktir ve toplumun alt yapısındaki değişmelere koşut bir gelişme göstermiştir. Halkbilimi, ilişkili bulunduğu etnografya, etnoloji, arkeoloji, tarih, antropoloji gibi bilim dallarıyla birlikte geçmişte halkların nasıl yaşadıklarını, niteliklerini nesnel olarak ortaya çıkartmalı, masal anlatıcılığı yanılgısına düşmeden gelecekte daha mutlu yaşanabilmesi, daha güzel, daha zengin bir dünya yaratılabilmesi için aydınlatıcı bir işlev görmelidir (Avşar, 1988: 35).

Dil ve edebiyat halk biliminin araştırma sahası içerisinde ciddi bir yer teşkil etmektedir. Dil yapısı gereği birçok bilim dalının içerisindedir. Bir diğer söyleyişle tüm bilim dallarını ifade eden dil ve edebiyattır. Bu açıdan dili ne diğer bilim dallarından ne de halk biliminden ayırmak veya ayrı düşünmek imkânsızdır.

"Bir ulusun halk zümresini oluşturan kesimin; kültür, sanat, giyim, geçim, dil, edebiyat ve bunu ilgilendiren diğer hususlar, "halk bilim" kelimesinin ifade ettiği anlam etrafında toplanır" (Akça, 1944: 3; Karacan, 2013: 34).

"Halk biliminin; dil bilimi, tarih, edebiyat, sosyoloji, din bilimi, coğrafya, antropoloji, etnoloji, etnografya, arkeoloji, meteoroloji, zooloji, ad bilimi, tıp, müzikoloji, mimari, ekonomi, hukuk, güzel sanatların tüm dallarıyla ilgisi bulunmaktadır" (Baykurt, 1976: 20).

"Tarcan, folkloru vücuda getiren şeyin hurafeler, ananeler, masallar, darb-ı meseller, destanlar, türküler, milli rakslar olduğunu söyler ve folklor disiplinine Avrupa'da yaşandığı türler arasında belli bir hiyerarşi kurarak değil, tersine türlerin çeşitliliğini vurgulayacak bir şekilde yaklaşır" (Karacan, 2013: 43)

"Herder bu izahlarıyla üç noktayı tebarüz ettirmiş oluyor 1. «Volkslied»den sadece anonim folklor mahsullerini, bizim bugün halk şarkısından anladığımız mânayı değil, hususi vasıfları haiz şiir mahsullerini kastediyor; 2. Müziğin folklor ve edebiyattaki

rolünü, onlarla münasebetini tesbit ediyor; 3. Folklorik mahsullerin nasıl tahavvüle uğradıklarını ve ferdi sanat mahsullerinin anonim folklor mahsulleri haline nasıl geçtiklerini izah ediyor. Herder aynı külliyatın ithafiye manzumesinde tarifini yaptığı «Volkslied»in mevzularını da sayıyor Bu, halkın sevgi, ümit ve müşterek tesellileri, masum şakaları ve neşeli alayları, gelinlik kızların arzuları ve anaların, babaların tatlı indişeleri, ezilenlerin iniltileri ilh., bir kelimesi ile «dağınık beşeriyetin içinde halkın sesi»dir" (Boratav, 1982: 46).

"Kültürümüz dediğimiz tarih, dil, din, masal, hikâye, bilmece, atasözleri, halk hikâyeleri, gelenek görenekler, komşuluk ilişkileri, saygı, sevgi, el sanatları, halı, kilim, mimari, mutfak kültürü vs. gibi maddi ve manevi sözlü ürünler bizi biz yapan, bize özgü ve bizi tanımlayan özelliklerdir. Bu unsurlar ise bir milletin veya bir toplumun hayatta kalmasında ve varlığını sürdürmesinde iskelet görevi gören en önemli unsurlardandır" (Ekici, 2010, Gaziantep Kına…: 27).

"Türk halk kültürü Türklerin göçüp yerleştikleri devlet kurup egemen oldukları bütün ülkeleri kapsar. Anadolu'da geleneksel yaşamı sürdüren toplulukların yüzyıllar boyunca kendi dil, kültür ve beğenileriyle oluşturup yaşattıkları kültürün ortak adıdır. Bu kültür, halkın duygu, düşünce ve beğenisiyle süzülerek günümüze gelmiş, toplum, insan ve doğa gerçeğiyle şekillenmiştir" (Artun, 2008: 441).

"Türklerin İslamiyet'i kabulü ile birlikte Arap ve Fars kültürlerinin etkileri dilde de görülmüş, Türkçe ile başta Arapça ve Farsça olmak üzere diğer bir takım diller arasında önemli alışverişler yaşanmıştır. Dilde yaşanan bu etkileşimlerin izlerini, bugün Geleneksel Türk Sanat Müziğinin terminolojisinde de somut olarak görmek mümkündür. OrtaAsya'dan gelip, Anadolu'ya yerleşen Türkler, burayı yurt edinerek Avrupa, Asya, Afrika'da topraklarını genişletmişler ve burada yaşayan farklı kültürler ile İslam kültürünü harmanlayarak yeni bir medeniyet oluşturma yoluna gitmişlerdir" (Levendoğlu, 2005: 255).

Yazılı olmayan tarihsel, kültürel ve sosyal unsurlar söz ve müzik ile taşınmış ve aktarılmıştır.

"Sözlü edebiyat kavramı içine giren söz yaratmaları toplumun günlük yaşamına sıkı sıkıya bağlı kültür ürünleridir" (Boratav, 1982: 165).

“Halkın ortak ürünü olarak dilden dile, kuşaktan kuşağa, yüzyıllardır sözlü olarak aktarmış ürünlerin içine alır. Bunlar kim tarafından üretildiği, ortaya konduğu bilinmeyen, atasözü, deyim, bilmece, tekerleme, ninni, türkü, mani, ağıt, destan, halk hikâyesi, masal, efsane, meddah, Karagöz, ortaoyunu gibi ürünler ile halkın kendine özgü araç ve gereçlerini kapsar” (Çetinkaya, 2017: 167).

Destanlar, hikâyeler, masallar, seyirlik oyunlar, şarkılar, türküler, danslar, fıkralar, tekerlemeler, düğün serenomileri ile bu unsurun içinde ve kültürel yapıyı en iyi yansıtan araçlar konumundadırlar. Özellikle dans, türkü ve şarkı biçimleri gibi bireyi aktif konumda tutan türlerde, cinsiyete dayalı üretim farklılıkları karşımıza çıkmaktadır (Doğuş, 2011: 249).

“Ülkemizin halk kültüründe ölüm, yas ritüelleri bağlamında kadınların sözlü olarak seslendirdikleri kalıp ezgiler yani ağıtlar ile bu eylemi üstlenen seslendiriciler yani ağıtçılar İslamiyet öncesi Türk topluluklarında sagu ve sığıtçı sözleriyle ifade edilmiştir. Günümüzde Anadolu’da gelenekselliğin hâkim olduğu çeşitli yörelerde; sözgelimi Batı Anadolu ve Teke yöresi Yörük, Türkmen topluluklarında gurbet havası ya da ağıt türündeki ezgilerin seslendirilmesi de öncelikle kadınların geleneksel rolleri olarak görülmektedir” (Altınay, 2017: 275).

“Geleneksel bağlamlar olarak tanımlanan doğum – düğün – ölüm pratiklerinde kadınların yaratma – seslendirme – aktarma – izleme – taklit etme aşamalarında erkeklerden daha etkin oldukları; bu pratikler bağlamındaki sözlü kültür ürünlerinin, kadınların dilinden oluştuğu ve kendilerinden sonraki kuşaklara yazılı olmayan bir gelenekle aktardıkları bilinmektedir” (Altınay, 2017: 295).

“Bir de okumamış halk çevrelerinde, köy ve kasabalarda, yeni çeri ocaklarında gelişen edebiyat vardır. Bu edebiyat sözlü olarak halk diliyle, hece vezniyle, milli nazım şekilleriyle eserler vermiştir. Buna halk edebiyatı denir. Halk edebiyatının en belirgin özelliği sözlü olması ve musiki ile birlikte söylenmesidir. Halk şairleri şiirlerini saz ile söylemişlerdir. Bu yüzden halk şairlerine saz şairleri de denir” (Özkan, 2009: 105).

“Bu türden kimileri (örneğin: masallar, atasözleri, bilmeceler, fıkralar) katışıksız söz sanatı ürünleridir; salt halk edebiyatı konusu olarak incelenirse; kimileri ise halk edebiyatının, başka bilim kollarıyla ortaklaşa paylaştığı konulardır: türküler, yönleri ile

halk hikâyeleri, halk edebiyatı kadar halk müziği uzmanlarına da konu olurlar; efsaneler, anlatı öğeleriyle halk edebiyatı konusu, ama inançlarla olan sıkı ilişkileri göz önünde tutulunca, daha geniş anlamıyla bir halk iliminin, din ve tarikatler tarihinin inceleme alanına da girerler; seyirlik halk oyunlarından meddahlık, mimik ve taklit öğeleriyle tiyatro, söz içeriği ile halk edebiyatına konu olur; seyirlik halk ürünlerinde, dramatik yaratmalara özgü incelemelerin payı, meddah sanatından Karagöz, kukla, ortaoyunu gibi türlere doğru gittikçe daha da artar; halk destanları(epopeler) ile halk ozanlarının ürünleri, halk edebiyatının edebiyat tarihi ile paylaştıkları konulardır; gene bir yönleriyle destanlar ve kimi çeşitten efsaneler tarihçilerin incelemelerini gerektirir" (Boratav, 1982: 103).

"Halk edebiyatı eserleri, umumi manada edebi eserlerin tasnifindeki nevileri birçoğuna nümuneler verir. Esasen, cemiyetin iptidai merhalelerinde halk edebiyatı vasıflarını haiz eserlerin dışında eser mevcut değildir; bu itibarla halk edebiyatı eserleri bir taraftan iptidai bir halde yüksek kültür edebiyatlarının nümunelerini verirler. Nihayet ileri kültür hayatın icap ettirdiği bazı yeni neviler edebiyatı zenginleştirmiştir. İmdi, halk edebiyatında: 1. Halk destanları epik; 2. Darbımeseller, atalar sözü didaktik; 3. Halk temaşası dramatik; 4. Masallar, hikâyeler, fıkralar narratif; 5. Türküler, maniler, ağıtlar, ilahiler lirik nevine girer" (Boratav, 1982: 27).

"Türk kültüründe var olan anlatım, gösterim, canlandırma geleneği; genelde âşık tarzı ve geleneksel tiyatro, özelde ise halk hikâyeciliği ve meddahlığıyla sürmektedir (Oğuz, 2006: 320). Bu eğlencelerin işlevsel olarak duygu ve düşünceleri aktarma, köy düzenini ve otoriteyi sağlama, birlik beraberlik, yeme – içme, eğlenme, hoş vakit geçirme, bastırılan duyguların dile getirilmesiyle rahatlama, gelenekleri canlandırma ve taşıma fonksiyonları vardır" (Oğuz, 2006: 316).

Düğün tarihinden önce âşık veya âşıklar davet edilir. Düğün günü sabahleyin âşıklar düğün evine giderler. Âşıklar büyük bir saygı ile karşılanır. Hatta birçok hallerde Dede Korkut geleneğine hürmeten âşıkların önünde kurban kesilir. Erkek tarafı ve davetliler âşıklarla birlikte kız evine giderler. Âşıklar kız evinin önünde çalıp, okurlar. Saz havaları eşliğinde tek oyun veya yallı oynanır. … Öğle yemeği hazırlanıncaya kadar âşıkların çalıp okudukları türkü ve müzik eşliğinde açık havada veya kapalı mekânlarda oynanılır (Aliyeva, 2011, Azerbaycan Düğün Törenlerinde… : 72).

“Âşıklık geleneğinde atışmalar çok önemli bir yere sahiptir. Âşıklıkta ilk iş ruh dünyasındaki değişikliği saza döküp topluluğa saz ile sunmaktadır. Âşıkların aynı vezin, ayak ve şekli kullanma, aynı konu üzerinde eşit hanede söz söylemesi gerekir. Atışma âşıkların saz eşliğinde verilen bir ayağa uygun olarak ve birbirine laf dokundurarak sazlı sözlü karşılaşmalarıdır” (Artun, 2017: 410-411).

“Kafkas Azerbaycan’ındaki Abdallar köyünde, bilhassa âşıklar, yani söz şairleri yetişmekle meşgulken, Anadolu’daki Abdallar halk arasında hikâyecilikle, çalgıcılıkla ve oyunculukla şöhret kazanmışlardır” (Köprülü, 1935: 36).

“Türklerin binlerce yıldan beri süregelen çok zengin bir sözlü edebiyatları vardır. Bunların pek azı yazıya geçirilmiştir. Her köy ve kasabadan en az bir kitap dolusu türkü, masal, destan, bilmece, tekerleme toplamak mümkündür. Halk edebiyatı, halkın yaşayışının, inanç ve değer hükümlerinin bir hazinesidir. Bu edebiyat beşikten başlayarak insan hayatının bütün safhalarını içine alır. Türk halk edebiyatı aşk, ölüm, hasret, tabiat sevgisi, acıma, alay, din duygusu, kahramanlık, ahlak gibi beşeri bütün duyguları iler. Bundan dolayı, onları Türk milli kültürünün en kıymetli hazinesi olarak korumalıyız” (Kaplan, 2008: 45).

“Bu anlamda folklor, halk şiirleri, halk gelenek ve görenekleri gibi tamamen fikri ve manevi tezahürleri, kısaca halkın manevi kültürünü inceleyen bir bilim şubesidir. (Arnold, 1939: 35; Karacan ve Yetim, 2013: 34).

İnsanlık tarihinde önce hayvanların evcilleştirilip hayvancılığın gelişmesi, sonra toprağın işlenip tarımın gelişmesi, daha sonraki dönemlerde de ticaretin ortaya çıkması ve son olarak da yazının icat edilmesi ile önemli gelişmeler olmuştur. O zamandan sonra sözlü aktarım geleneği yerini yavaş yavaş yazılı aktarıma bırakmaya, bir nevi edebiyatın da temelleri oluşmaya başlamıştır.

“Yazı bilinmeden önce sözlü bir geleneğe sahip olan şiir, müzik veoyun bir arada yürütülürdü. Yazının bulunmasından sonra şiir yazılı olarak da belgelenmeye başlanmış, buna karşın müzikle oyun sözlü geleneğini sürdürmüştür” (Sivrikaya, 2002: 4)

“Halk edebiyatı deyimiyle yaratıcısı bilinmeyen, doğuşta tek yaratıcısı olsa da, oluşumu gereği, bu yaratmada bireylik niteliğini sonradan yitirip toplumun malı olan sözlü sanat

yaratmalarının topu birden anlaşılır; somut örnekleriyle: halk destanları, halk ozanlarının yaratmaları, halk hikâyeleri, efsaneler, masallar, güldürücü fıkralar, atasözleri, bilmeceler, türküler ve maniler, tekerlemeler ve çeşitleriyle seyirlik halk oyunları" (Boratav, 1982: 102).

"Başta halk şiirinin ürünleri olmak üzere halk edebiyatının tüm ürünleri önce sözlü gelenek içinde yerini bulmuş, daha sonra şu ya da bu yönde gerçekleştirilen halkbilim çalışmalarıyla edebiyat alanına edebiyatın bir kolu olarak halk edebiyatını oluşturacak biçimde ulaştırılmıştır" (Timuçin, 1988: 45).

"Dil edebiyatın temelidir, edebiyat ise bir milletin ruhudur" (Kaplan, 2008: 126). "Namık Kemal bir yazısında, edebiyatsız millet dilsiz insan kabilindedir, der"(Kaplan, 2008: 175).

"Türk kültüründe yazılı edebiyat VIII. yy. da başlar. Bu tarihten itibaren yazılı Türk edebiyatı gittikçe zenginleşmiştir. Türkler İslamiyet'i kabul ettikten sonra Orta Asya, Azerbaycan ve Türkiye'de asırlar süregelen yazılı edebiyat gelenekleri teşekkül etmiştir" (Kaplan, 2008: 47).

Yaşanılan ve bilinen tarih yazılan tarihtir. VIII. yy. dan kalma Göktürk Abideleri ve mezar taşları, Türklerde yazılı kültürün çok daha önceki yıllarda oluşmaya başladığının bir kanıtıdır. Çünkü bu yazıtlarda Orhun Harfleri denilen Türk harfleri kullanılıyor, yazıla biliniyor ve halk kitlesi tarafından da okunup anlaşılıyordu ki bu yazıtlar yazıldı ve dikildiler. Biz, bugün bu yazılı eserler sayesinde, günümüzden yaklaşık 1200 yıl önceki Göktürk Devleti'nin varlığını biliyor, o zamanki sorunları ve meseleleri öğreniyor, o günkü Türk Milleti'nin duygu ve düşünceleri hakkında bir fikir edinebiliyoruz. Çin'de devlet kuran Türk boylarının zamanla tamamen Çinlileştiklerini net bir şekilde bilmekteyiz. Bugünkü Moğolistan sınırları içerisinde yer alan Göktürk Kitabeleri bu yabancılaşmaya bir isyandır. Bundan dolayı bu kitabelerin Türk kültür tarihinde büyük yeri ve önemi vardır.

Türkler tarih boyunca dünyanın dört bir yanına dağılmışlardır. Mısır'dan Sibirya'ya, Macaristan'dan Çin'e kadar Türkçe konuşan insanlara rastlıyoruz. Türk milletine ait geçmişten günümüze kadar gelmiş olan ve halen yaşamakta olan çok zengin bir sözlü

edebiyat geleneğimiz vardır. Bu geleneğin yazıya geçirilmesi durumunda muazzam bir hazine de ortaya çıkacaktır.

"Bizim başlangıçtan bugüne kadar içinde yaşamış olduğumuz kültür ve medeniyetlere ait bütün maddi ve manevi unsurlar dil ve edebiyatımıza değişik şekillerde aksetmiştir. Ben edebi eserleri tahlil ederken, onlarda çeşitli çağlarda yaşamış olan Türk insanını, Türk kültür ve medeniyetini buldum ve bu keşiften büyük bir zevk duydum" (Kaplan, 1982 Kültür Bakanlığı Kültür Şurasına sunulan rapor)

"Dil, konuşulan ve yazılan cümlelerden ibarettir. Cümleler ise bir duygu ve düşünceyi ifade eder. Gerçek bir dil hakkında bir fikir edinmek için sözlüklere değil, konuşmaya veya yazılı metinlere bakmak gerekir" (Kaplan, 2008: 39).

"Klasik Türk edebiyatı bilindiği gibi medeniyetimizin bir mahsulüdür ve bu edebiyat içerisinde de günümüz edebiyatında olduğu gibi bütünüyle kültürümüz bulunmaktadır" (Ceylan, 2017: 32).

"Gelenekler ne kadar sağlam görünür ve tekrarda ısrar içinde olursa olsun, eğer yazılı ilkelerin bulunduğu temel inançlara sahip değilse, çok sağlam bir mantığı ve bilimsel destekleri yoksa zamana mukavemet edemez, değişir, hatta dağılabilir, yok olup gidebilir" (Sezen, 2011: 202).

"Toplumların sosyal hayatını, inanç ve geleneklerini, çeşitli olaylar karşısındaki duygu ve düşüncelerini sözlü ve yazılı eserlerinde görebiliriz. Bu eserler arasında yüzyıllar boyu halkın yüreğinden çıkan sözler, sözlerin ahengi ile hatırlarda kalan ve nesiller boyu devam edegelen mani, türkü, atasözü gibi anonim türler, önemli dil yadigârlarıdır. Başlangıçta ortak bir tarihi yaşamış olan Türkler, daha sonra çok geniş bir coğrafyaya dağılmış, değişik çevrelerde ve değişik sosyal ve politik şartlar altında, gerek sözlü gerek yazılı çeşitli edebi eserler ortaya koymuşlardır. Bu eserlerde, ortaya çıktıkları bölgeye has özellikler bulunmakla birlikte, özde ortak duygu ve düşünceler mevcuttur. Halk kültürünün önemli bir bölümünü teşkil eden düğünler ve bayramlarda yapılan eğlenceler, yöresel şenliklerle milli oyunlar kültür tarihi açısından önemli olduğu kadar gelenek ve göreneklerin devamını sağlamaları bakımından da son derece önemlidir" (Kültüral, 2011: 570).

Geniş bir folklor çalışmasına dayanmayan bir dil düşünülemez. Edebi folklorla yakından ilgisi olan halk şairleri metinlerinin toplanması da edebiyat araştırmaları kadar folklor çalışmalarının çerçevesine girdiği için bu çeşitten eserler; halk edebiyatının bütün çeşitleri; masallar, halk hikâyeleri, fıkralar, türküler, maniler ve her türlü manzum halk edebiyatı eserleri, nihayet bütün çeşitleriyle halk tiyatrosu metinleri (Boratav, 1982: 352).

Edebiyat, kültür değerlerini dil ile ifade edilenin yazı ile aktarıldığı bir sanattır. Dil gibi edebiyat da bir milletin tarihi ile yakından ilgilidir. Dili ve edebiyatı tarihi bir unsur olarak göremeyeler dil ve edebiyatın anlam ve önemini de kavrayamazlar.

Kültür denilince sadece dil ve edebiyat değil, oyun, dans, müzik, mimari, resim gibi sanatlarda da söz konusudur. Türklerin nasıl kendilerine has bir dilleri ve edebiyatları varsa oyunları, müzikleri, mimarileri, resimleri vs. de vardır.

"Güzel sanatların bir kolu olan ve duygu ve düşünce ve hayallerin insanda heyecan ve estetik zevk uyandıracak biçimde sözle ifadesi olarak nitelendirilen edebiyatın ise sosyal hayat ile çok yakın bir ilgisi vardır" (Özkan, 2009: 74).

"Kültür kelimesi edebiyat kelimesine nazaran daha geniş bir mana taşır. Edebiyat dışındaki bütün güzel sanatlar, resim, musiki, dans, heykel, mimari, ilh. Kültür sahasına girdiği gibi, güzel sanatların dışında insanoğlunun elinden çıkma eşya, yiyecek, içecek, elbise, silah, alet vs. de kültür sahasına girerler. … Kültür sahasında ne varsa, onların hepsinin akislerini edebiyatta bulmak mümkündür" (Kaplan, 2008: 11).

"Her milletin folkloru da, tıpkı edebiyatı ve daha geniş manada sanatı gibi, ancak bütün insanlık için müşterek unsurlarıyla milletlerarası bir ilmin mevzuudur" (Boratav, 1982: 17).

"Müzik, resim, heykel, mimarlık, tiyatro gibi insanda coşku ve hayranlık uyandıran sanatlara güzel sanatlar denir. Edebiyatta güzel sanatların bir koludur. Malzemesi ses ve söz olan güzel sanatlara fonetik sanatlar denir. Müzik ve edebiyat fonetik sanatlar içinde yer alır" (Özkan, 2009: 68).

"Türk edebiyatı atasözleriyle bilmecelerinden, halk masallarıyla halk koşmalarından, destanlardan hak cenk nameleriyle menkıbelerinden, tekkelerin ilahileriyle

nefeslerinden, halkın güldürücü fıkralarından ve halk tiyatrosundan ibarettir" (Gökalp, 2018: 42).

"Arada ne sular akmış. Zavallı Kasap, zavallı Kunoş 'Türk Tiyatrosu kendi kaynaklarına dönmedikçe batının ikinci el silik ve soluk bir kopyası olmaktan kurtulamaz' diye az mı çırpınmışlar. Hepsi kös dinlemiş. Daha sonra Ahmet Rasim'in, Ismayıl Hakkı Baltacıoğlu'nun, Ahmet Kudsi Tecer'in, Sabri Esad Siyavuşgil'in uyarıları da hep kös dinlenmiş. Sanatı mutlu azınlığın tekelinde sanma saplantısından kurtulamamış bu yarı – aydın takımı, giderek, halk lafından, halk şiiri, halk edebiyatı, halk tiyatrosu lafından, huylanır olmuşlar. Öykünün meddahtan, romanın Dede Korkut'tan, şiirin Karacaoğlan'dan, musikinin halk şarkılarından, koreografinin halk danslarından, tiyatronun da halk gösteri biçimlerinden yararlanarak çağdaş bir öze ve tekniğe ulaşması gerektiğinden her söz ettiğimizde bunların cinleri başına üşüşür" (Taner, 1966: 738).

"Karagöz oyun dağarcığındaki söz ve konu zenginliği, insan çeşitliliği, sunum (oynatım), giyim – kuşam, müzik, dans, tiyatro ve elsanatı gibi birçok öğeyi bünyesinde birleştiren özgün yapısıyla kültürel çeşitliliğimizi en iyi yansıtan görsel sanatlarımızdandır. Karagöz oyunlarında tarihi konular, halk hikâyeleri, mitoloji, günlük yaşam, etik değerler ve meslekler konu edilmiştir. Bu oyun metinleri tiyatronun yanı sıra edebiyat alanında da önemli bir kaynak özelliği taşımaktadır. Karagöz oyunlarında tekerlemeler, bilmeceler, şive taklitleri, diksiyon bozuklukları, çifte anlamlı ve ses benzeşmeli kelimelerle yapılan söz oyunları sayesinde dil yetkin olarak kullanılmaktadır. Bu da kültürün aktarımında önemli bir işlevi olan dilin canlılığının korunmasına katkı sunmakta, oyun içinde yer alan tipler yerel dil özelliklerine göre konuşturulduğundan dilbilimine de kaynaklık etmektedir" (Özçörekçi, 2017: 173).

"Bu türden kimileri (örneğin: masallar, atasözleri, bilmeceler, fıkralar) katışıksız söz sanatı ürünleridir; salt halk edebiyatı konusu olarak incelenirse; kimileri ise halk edebiyatının, başka bilim kollarıyla ortaklaşa paylaştığı konulardır: türküler, yönleri ile halk hikâyeleri, halk edebiyatı kadar halk müziği uzmanlarına da konu olurlar; efsaneler, anlatı öğeleriyle halk edebiyatı konusu, ama inançlarla olan sıkı ilişkileri göz önünde tutulunca, daha geniş anlamıyla bir halk iliminin, din ve tarikatler tarihinin inceleme alanına da girerler; seyirlik halk oyunlarından meddahlık, mimik ve taklit

öğeleriyle tiyatro, söz içeriği ile halk edebiyatına konu olur; seyirlik halk ürünlerinde, dramatik yaratmalara özgü incelemelerin payı, meddah sanatından Karagöz, kukla, ortaoyunu gibi türlere doğru gittikçe daha da artar; halk destanları(epopeler) ile halk ozanlarının ürünleri, halk edebiyatının edebiyat tarihi ile paylaştıkları konulardır; gene bir yönleriyle destanlar ve kimi çeşitten efsaneler tarihçilerin incelemelerini gerektirir"(Boratav, 1982: 103).

Yöresel ve kültürel müziği benimsetmek ve yaşatmak adına, âşıklar, ozanlar, mahalli sanatçılar, halk oyunu oynayan kişilerin motive edilmesi, müzik kültürüne yeni müziklerin ve halay müziklerinin kazandırılması için, yörelerde sanatsal ve kültürel faaliyetler kapsamında küçük yarışmalar (etkinlikler) düzenlenmelidir (Karaburun, 2013: 783).

"Halk masalları, halk şarkıları, halk müziği, halk destanları, ilh… terkipleri ile, tam sanat olmamış ve ancak sanat rüşeymi, başlangıcı halinde, halkın muhtelif sebeplerle başka türlü tatmin imkanının bulunmadığı bedii ihtiyaçlarını karşılamak üzere vücut bulmuş, veyahut da utilitaire fonksiyondan sanat fonksiyonuna geçme seyrinin bir merhalesinde kalmış olan, bütün manasıyla maşeri, folklorik sanatları gösterirken, halk kelimesini terkibin bir unsuru olarak kullanıldığımıza göre, aynı şeyi halkın söz sanatı için de yapmak kadar tabii bir şey olamaz. Ve bir hal melodisi deyince nasıl, herhangi bir ismi malum bestekârın eserinden alınmış melodi değil de, menşeinde nasıl bulunmuş olursa olsun, bugün bestekârı malum olmayan, yalnız tespit ettiğimiz an için muayyen temlerden mürekkep ve içinde birçok zamanların ve mahallerin birçok tahassüs ve ifade hususiyetlerini toplamış, bu itibarla tam manasıyla maşeri bir müzik mahsulü hatıra geliyorsa, halk edebiyatı deyince de, bir melodi için saydığımız bütün bu vasıfları haiz söz sanatı mahsulleri – destan, türkü, masal, ortaoyunu, ilh. hatıra gelmelidir" (Boratav, 1982: 32).

"Milletlerin kültürleri sadece yazılı ve sözlü eserlerden ibaret değildir. Milletlerin ortak olarak uydukları örf ve adetler, onların milli şahsiyetlerinin temelini teşkil eder"(Kaplan, 2008: 25).

"Dilin bir diğer tanımı ise; düşünce bildirmeye yarayan herhangi bir anlatım aracı. Müzik dili. Yazı dili" (www.tdk.gov.tr 15.06.2017).

O halde dil, sadece kelimeler ve sözcüklerle ifade edilmemektedir. Aynı zamanda işaretlerle, hareketlerle veya başka şekillerle de ifade edilebilmektedir. Dilsizlerin işaret dili, müzik dili, ritim dili, bilgisayar dili, emoji, pandomim, tiyatral danslar, seyirlik oyunlar, çocuk oyunları vb. bu manada örnek olarak verebiliriz. Öyleyse buradan şu sonuca varılabilir; insanlar, birbirleriyle sözsüz de anlaşabilir, iletişim kurabilirler. Bunların içinde de insanların kitleler halinde kullandığı, millilik vasfı da olan müzik ve oyun ön plana çıkmaktadır.

Aynı millete mensup insanların yarattığı fakat bölgeler arasında farklılık gösteren ürünlerin sebeplerini anlamak için esasında bir bütün olarak o bölgede yaşayanların danslarına, türkülerine, hikâyelerine, yemek kültürüne, müziklerine, giyimlerine, adet ve geleneklerine kısaca kültürel değerlerine bakmak gerekir. Bu şekilde bu ürünlerin nasıl ortaya çıktığını anlayabiliriz.

"Kültür denilince daha ziyade bir milletin tarihi boyunca yarattığı eserler anlaşılır. Bu doğrudur. Kültürü teşkil eden unsurların hemen hepsi, tarih içinde, asırlar boyunca nesillerin işlemesi ile meydana gelir ve mükemmeliyete ulaşır. Dil, edebiyat, musiki, mimari, din ve devlet müesseselerini inceleyince bu vakıayı açıkça görürüz"(Kaplan, 2008: 83).

"Çeşitli ülkelerde yaşayan Türkler aynı kökten türemişler, fakat onlar da bizim gibi milli benliklerini korumuşlardır. Türkiye Türkçesiyle Azeri, Türkmen, Özbek Uygur, hatta Kazak ve Kırgız Türkçesi arasındaki fark, Latinceden türemiş olan diller arasındaki farktan çok daha azdır. Aynı yakın akrabalık dil kadar milli kültüre bağlı olan musiki ve halk danslarında da görülür. Karşılaştığımız zaman ne onlar bizi ne biz onları yadırgarız. Asırlarca birbirimizden uzak yaşamamıza rağmen, bu yakınlığın sebebi dildir, dile dayanan duygu, düşünce ve hayat görüşüdür" (Kaplan, 2008: 123).

Diğer bir tanıma göre folklor, bir toplumun ya da grubun üyeleri arasında çeşitli varyantlar halinde söz ve hareketle yaşayan ve dolaşan kültür ürünlerinin toplamıdır.

"Türkiye'de halk kültürleri denilince akla ilk etapta halk oyunları, halk edebiyatı, el sanatları, gölge oyunları gibi konular gelmektedir" (Aydın ve Karademir, 2003: 30)

“Anadolu’da yaşayan medeniyetlerin izleri ve yaşayış biçimleri; çalgılar, ritim, ezgi, şiir biçimi, söyleme şekli (ağız), çalım şekli (tavır), akort şekli (düzen) ve halk danslarındaki figür yapıları, halk kıyafetleri (folklor kıyafetleri) ile açıkça yansıtılır. Kendine özgü şiirsel, çalgısal, ezgisel ve ritimsel, figürsel ve kıyafetsel biçimleriyle dünya müziklerinden ayrılıp kendi zengin farklılıklarını ortaya koyan bu müzik ve dans, bin yıllık kültür harmanını işleyerek, kuşaktan kuşağa, köyden kente, kentten dünyaya yansıtılmış ve günümüze kadar yok olmadan süre gelmiştir” (Karaburun, 2013: 77).

Halk kültüründe her alanda ürünlerin üretildiğini görmekteyiz. Tüm bunların yanı sıra halk kendine ayırdığı zaman diliminde, eğlence ortamlarında da geleneksel ürünler, değerler üretmiştir. Halk kültürünü inceleyen bir bilim dalı olan folklorun inceleme alanına bakıldığında bunların büyük bir kısmının halk eğlenceleriyle yakından ilişkili olduğu görülmektedir. Türkü, mani, tekerleme, bilmece ve fıkra başta olmak üzere halk edebiyatı türleri, halk müziği, halk oyunları, seyirlik oyunlar, yiyecek ve içecekler çoğunlukla eğlence ortamlarında karşımıza çıkmaktadır.

“Kültürü meydana getiren somut ve soyut unsurların büyük bir bölümü eğlence ortamlarında ve eğlenmek amacıyla yaratılmakta, sunulmakta ve yeni nesillere aktarılmaktadır. Nitekim destan, masal, halk hikâyesi, fıkra, bilmece, tekerleme gibi sözlü edebiyat ürünleri, danslar, dramatik oyunlar, şarkı ve türküler, genellikle eğlence ortamlarında var olmaktadır” (Özdemir, 2005: 9).

Türk Dil Kurumu (www.tdk.gov.tr 10.09.2017) eğlence kelimesini sözlük anlamı olarak; neşeli ve hoşça vakit geçirten şey veya kimse, teferrüç, eğlenme işi şeklinde açıklamaktadır.

“Halkın temelde eğlenmek ve dinlenmek ihtiyacını karşılamak amacıyla düzenlediği her türlü etkinliğe halk eğlencesi adı verilir” (Özdemir, 2005: 16; Kılıç, 2017: 353).

Özdemir’in (2005: 9) de belirttiği üzere “Kültürel kimliği meydana getiren gelenek, görenek ve inançların çoğu, eğlence ortamlarında yaratılmış ve yaşatılmaktadır. Eğlenceler bireyin kendisi, toplumu, tarihi ve kültürü hakkında bilinçlendiği ortamlardır” (Doğuş, 2011: 250).

“Sevincin, neşenin, mutluluğun, coşkunun ve yaşama zevkinin eyleme dönüşmesi olarak tanımlayabileceğimiz eğlence, toplum hayatının vazgeçilmez aktivitelerinden biridir. Eğlenceye temel oluşturan duyguların evrensel olmasına karşılık eğlence toplumdan topluma değişiklik gösterir” (Yener, 2011: 849).

“Genellikle kış aylarında insanların bir araya geldiği, yemeklerin yendiği, oyunların oynandığı, şakaların yapıldığı, herkesin birbirini hatırlamasına ve tanımasına olanak sağlayan bu tür toplantılar (Herifane, arifane, herfene, vb) genellikle erkekler arasında köy odalarında, kahvehanelerde ve evlerde gerçekleştirilmekte olup, bazen kadınlar arasında da düzenlenebilmektedir” (Santur, 2011: 691).

Türkiye’nin birçok şehrinde olduğu gibi Diyarbakır’da da sözlü kültürün bir unsuru olarak çeşitli eğlenceler düzenlenirdi. Bu eğlencelerden olan Velime Geceleri, Diyarbakır’da geçmişi eski tarihlere dayanan, içerisinde ilim, edebiyat ve tarih sohbetlerinin yanı sıra, saz ve söz unsurlarını da barındıran geleneksel, yemekli eğlencedir (Sınır, 2011: 743). Türkiye’nin her köşesinde farklı isimlerle (sıra gecesi, oturak âlemleri, herfene, arifhane, herifhane, ferfene, yaren geceleri vb.) düzenlenen eğlence ortamlarındaki amaç sadece çalmak, söylemek ve eğlenmek değildir. Aynı zamanda eğlence ortamları bilimsel ve kültürel öğreti merkezi konumundadır.

Eğlence ortamları, topluluk olma hissini canlandırma, genç kuşakları kültürel unsurlar konusunda eğitme, geleneksel kültürel ürünlerin pazarlanmasıyla halk arasında ekonomik canlanma sağlama gibi, pek çok işlevi ile birlikte var olan ortamlardır. Bu anlamda eğlence ortamları ekonomik, siyasi, sosyal, psikolojik ve kültürel işlevleriyle birlikte var olmaya devam edecektir (Demren, 2011: 240).

“Halkın temelde eğlenmek ve dinlenmek ihtiyacını karşılamak amacıyla düzenlediği her türlü etkinliğe halk eğlencesi adı verilir. Hep birlikte topluca eğlenmenin söz konusu olduğu bu eğlencelerde, kültürel kimliği oluşturan birçok unsurun çoğunun eğlence ortamlarında yaratılıp yaşatıldığı, bu gerçekten hareketle eğlencelerin bireyin kendisi, toplumu, tarih ve kültürü hakkında bilinçlendiği ortamlar haline geldiği ve bu yönüyle de eğlencelerin toplumun aynası durumunda olduğu bilinmektedir” (Özarslan, 2011: 600).

“Halkbilimini bir yelpazeye benzetirsek, eğlencelerde bu yelpazenin bir parçasıdır. Ancak, eğlenceyi; oyundan, müzikten, dilden, giysiden ayırmakta mümkün değildir” (Ay ve Şaşı, 2011: 104).

“Halkın temelde eğlenmek ve dinlenmek ihtiyacını karşılamak amacıyla düzenlediği her türlü etkinliğe halk eğlencesi adı verilir. Bu eğlencelerde “birlikte/topluca eğlenme” söz konusudur. Dans, müzik, dramatik oyun, dramatik olmayan oyun, elektronik oyun, yemek ve içki, cirit, yağlı güreş, mani, türkü, bilmece, aşık karşılaması, hikaye veya masal anlatma, sohbet, giyim ve süslenme, koku, inanç/ritüel, ceket yakma, masa devirme, havuza atma gibi pek çok unsurun bir arada yer aldığı bugünün renkli ve zengin Türk eğlence dünyası, müstakil bir sosyal disiplin olan halk bilimi/kültür biliminin en önemli araştırma alanlarından biri durumundadır” (Özdemir, 2005: 16).

Halk arasında “eğlence” deyince; göbek (dansöz) havaları, düğünlerde oynanan oyun havaları ve eşlik hareketleri, çocuk oyunları, halkoyunları, ortaoyunu, tiplemeler, kadın kılığına ya da tiplere girmeler, taktikler, içkili sohbetler, kına geceleri, oturak âlemleri, ramazan eğlenceleri, bayram gelenekleri, düğünler, bekârlığa veda –hamam partileri, fıkralar, hikâyeler, büyükler arasındaki oyunlar, vb. akla gelmektedir. Her kişinin eğlence anlayışı farklı olabilir. Eğlence “deşarj olmak, boşalmak”tır. Bir yerde yeni şeyler farklı olabilir üretmek/yaratmaktır. Bazen de rol kesmektir. Yöreler eğlenceler; dil, giysi, ezgi, hareket, tiplemeler, hikâyeler, fıkralar, oyun hareketleri, müzik vb. alanında farklılık gösterir ki buda folklorun gücünü göstermektedir (Ay ve Şaşı, 2011: 105).

“Gelin alma sırasındaki eğlencelerde, genel olarak eğlencelerin de vazgeçilmezi olan müzik, türkü, oyun, mani düzmek gibi unsurlar belirgindir” (Koca ve Çetin, 2011: 537).

Görüldüğü gibi dil ve edebiyat bir milleti millet yapman kültürel unsurların belki de en önde gelen ögesidir. Zaten bir unsurun kültürel nitelik taşıyıp taşımadığını belirleyen faktörlerden bir tanesi de “sözlü geleneğe sahip olma” özelliğidir. Buradan da dil ve sözün nedenli önemli olduğunu görebilmekteyiz. Fakat tüm bunların yanı sıra Türk milleti söz ve dili tek başına, yalın olarak çok da fazla kullanmamış, “müzik” ile iç içe kullanmayı tercih etmiştir. En yaygın olan edebiyat türlerimizden âşık edebiyatı ve tekke edebiyatı bunun en bariz göstergesidir. Halkımız her ikisinde de dil müzikle iç içe

kullanılmış ve ortaya "halk müziği" ve "tekke müziği" denilen müzik türlerini ortaya çıkarmıştır. Nefes, ilahi, kaside, türkü, âşık atışmaları, ninni, destan gibi sözlü edebiyatımızın belki de bel kemiğini oluşturan unsurların müziksiz asla olmadığını görmekteyiz.

### 1.4. Müzik

"Düşünebilen, karar verebilen ve karşılaştırma yeteneği olan insan, bu yetenekleri ile diğer canlılardan belirgin bir şekilde ayrılır ve bilgisini de hayatını daha olumlu ve verimli kılabilmek için kullanmaya çabalar. Bu yönüyle sosyo – kültürel bir yapıya sahip olan için doğruyu, güzeli ve estetiği araması bir ömür devam eder. Uçan'a göre ise insan; Biyopsişik, toplumsal ve kültürel bir varlık olup, bedensel, bilişsel, duyuşsal ve devinişsel yapılarıyla bir bütündür" (Uçan, 1996: 10)."Tabii olarak tüm insanlar, kendilerine özgü niteliklerle belli bir toplum içinde doğar, büyür ve ait olduğu toplumun kültürüyle yoğrularak gelişirler. İnsanın dünyaya geldiği toplum içinde fizyolojik, sosyal ve psikolojik gereksinimlerinin dengeli olarak karşılanmasıyla mümkündür. Dolayısıyla insan için bu gereksinimlerinin en önemlisinden birisi de belirli bir amaç ve yöntem, belli bir güzellik anlayışına göre işlenerek birleştirilmiş seslerden oluşan estetik bir bütünlüğü bulunan müziktir" (Uçan, 1996:10).

Yazı "düşüncenin belli işaretlerle gösterilmesidir". Müziğin yazısı da notalardır. Notalar sayesinde müzik yazıda vücut bulur ve kayıt altına alınabilir. Notalar müziğin evrensellik vasfını da pekiştirir (Erdoğan ve Yılmaz, 2013: 120)

"Müzik, insanda hoş duygular uyandıran, keyifli anlar yaşatan bir uğraş olmanın yanında melodi ve ritimlerinin düzenliliği sayesinde iç disiplini geliştiren ve insanın kurallara uymasını da kolaylaştıran bir uğraştır" (Kulaksızoğlu, 1998: 143-144). "Başlı başına konusu, kuralları ve bir yöntemi bulunan müzik için bugüne değin birçok tanımı yapılmış, bilim ve sanat olarak niteleyenler olmuştur. Günümüzde ise müzik sesler bilimi ve sesleri insanın karakterine ve duygularına uygun bir şekilde kullanma ve uygulama sanatı olarak tanımlanmaktadır" (Darbaz, 1973: 1).

Kültürün millet hayatındaki önemini oldukça iyi bilen Mustafa Kemal Atatürk Nutuk'ta "Türkiye Cumhuriyeti'nin Temeli Yüce Türk Kahramanlığı ve Yüksek Türk Kültürüdür" diyerek, Türk kültürünün önemine açıkça işaret etmiştir. Atatürk, Türk

kültürünün önemli bir dalı olan Türk Müziği'nin sağlam adımlarla geliştirilmesindeki temel ilke ve hedefleri, çeşitli toplantılarda yaptığı konuşmalarda defalar dile getirmiştir. Bir ortamda bağlama ile bir bozlak havasını dinledikten sonra; "Beyler, bu bir Türk sazıdır. Bu küçük sazın bağrında bir milletin kültürü dile geliyor. Bir milletin kültür ve sanat hareketlerini ve seviyesini, milli geleneklerine bağlı kalarak, medeni dünyanın kendisine ayak uydurmaya mecbur olduğumuzu unutmamalıyız, bunu bu vesile ile de söylemekten memnunum. Bu küçük sazın bağrından kopan nağmeleri, bu istikamette geliştirmeye ve değerlendirmeye kıymet ve ehemmiyet verilmelidir" diyerek Türk Müziği hakkındaki düşüncelerini açıkça dile getirmiştir.

"Zihnin, müziği oyun alanı içinde düşünme eğiliminde olduğu açıkça ortadadır. Müziğin icra edilmesi, oyunun hemen bütün özelliklerini içerir" (Huizinga, 1955: 64).

Bu değerler kuşaktan kuşağa miras kalan masallardan, öykülerden, yaşam biçimlerine; giysilerden geleneksel sanatlara kadar değişen geniş bir yelpaze oluşturur. Yazılı veya kulaktan kulağa geçen bir ülke veya yöre insanlarının düşünsel, duygusal ya da gerçek yaşamlarını yansıtan geleneksel müzik, bunların icrasında kullanılan enstrümanlar, dansları ve diğer anlatım biçimleri folklorik değerlerdir (Himmetoğlu, 2001: 70).

Dünyanın büyük bir hızla değiştiği, yerel kültürlerin kaybolarak veya kaybedilerek tek kültürlü bir dünyaya doğru hızla gidildiği günümüzde Türk müzik kültürünün gelecek kuşaklara doğru bir şekilde aktarımı kültür – millet ilişkisi bağlamında hayati önem taşımaktadır. Bu nedenle kültürün hangi dalı olursa olsun yapılan derleme, araştırma, tespit ve bilimsel yayın çalışmaları hem bu gün hem de gelecek açısından çok büyük önem taşımaktadır.

Folklor yazma oyasından türkülere varıncaya kadar geniş kadrosu içinde, çok çeşitli konuları kapsayan bir bilim konudur. Halk musikisi ve oyunları, folklorun sadece bir dalıdır (Ataman, 1988: 22).

Olaylar sonucu yakılan bir türkü, dilden dile, babadan oğula, ustadan çırağa aktarılarak toplumun duygu, düşünce, anlayış ve zevk süzgecinden geçerek geçmişin kültürünü geleceğe aktarmada önemli bir köprü olmuştur.

“Müzik insan kültürünün en önemli yapı taşlarındandır. İnsanlar geçmişten günümüze kadar dertlerini, sevinçlerini, kederlerini, heyecanlarını, aşklarını, nefretlerini, kısacası bütün insani duygularını aynı zamanda içinde bulundukları sosyal ve psikolojik durumları müzik ile ifade etmişlerdir. Hastalıklarına müzik ile şifa bulmaya çalışmışlar, müzik ile inandıkları kutsal varlıklara ve tanrılarına niyaz etmişler, milli birlik ve beraberliklerini sağlamaya çalışırken veya ifade ederken bile müzikten yararlanmışlardır. Bu özellikleri ile müzik, aynı zamanda içinde insana dair her şeyin bulunabildiği bir alan, bir araştırma sahası ve bir bilim dalı halini almıştır. Günümüzde müzik, bilim adamlarının araştırdığı ve bilgi edinmek için başvurduğu önemli sosyo – kültürel bir kaynaktır” (Erdoğan ve Yılmaz, 2013: 120).

“Bütün toplum türlerinin incelenmeye değer bazı özellikleri vardır. Bu özellikler gelenek – görenekler, duyguları anlatış biçimleri, konutlar, giysiler, müzikler, oyunlar, kısaca halk bilimi kapsamında ele alınması gereken ne varsa birbirinden değişiktir ve toplumun alt yapısındaki değişmelere koşut bir gelişme göstermiştir. Halkbilimi, ilişkili bulunduğu etnografya, etnoloji, arkeoloji, tarih, antropoloji gibi bilim dallarıyla birlikte geçmişte halkların nasıl yaşadıklarını, niteliklerini nesnel olarak ortaya çıkartmalı, masal anlatıcılığı yanılgısına düşmeden gelecekte daha mutlu yaşanabilmesi, daha güzel, daha zengin bir dünya yaratılabilmesi için aydınlatıcı bir işlev görmelidir” (Avşar, 1988: 35).

Ortaya çıkışları hangi nedenlerle olursa olsun, sürekli tekrarlana tekrarlana tarihi süreci içerisinde geleneklere bağlı olarak gelişerek bugünkü yapısal formları oluşturan oyun ve müzik kültürü, diğer halk kültürleri ürünlerinde olduğu gibi etkileşim yollarına bağlı olarak sürekli değişim göstererek yayılırlar (Sivrikaya, 2002: XXI).

“Ezgi sözlerinin istediği davranışlar, içerikleri, müziği kullanma alanları, işlevi, sembollük gücü, bütünleştirici ve ayırıcı gücü, estetik ölçüleri, kültür tarihine koşut müzik tarihi, besteciler, yaşamları, müzik ve kültür değişim oranları vb. sorunlar kültür – müzik dengesinin kavranması ile mümkün olabilecektir. (Demirsipahi) Anadolu, coğrafik açıdan da birbirinden çok farklı bölgelere sahiptir. Bölgelerdeki ortak özellikler, aynı duygu ve düşünceler, ortak olaylar türkülerin sözlerinde ortak bütünlük olarak görülse de, halaylardaki figürlerde, halk oyunları kıyafetlerinde, ezgi, ritim,

çalım şekli ve söyleniş biçimlerinden farklılık gösterir ve bu ortak duygular farklı şekillerde ortaya çıkar" (Karaburun, 2013: 78).

"Folklor, toplumun bir olgusudur. Toplumlar, gösterdikleri kültür birliği ve yapıtlardaki karakter, tavır ve duygu benzerlikleri ile yöreleri, yörelerde bölgeleri meydana getirirler. Türk halk müziği ve Türk halk oyunları kültür bahçemizin en çok meyve veren iki ağacıdır. Türk toplumunun yapısında var olan ritim duygusu ve üstün yaratıcı sanat ruhu ile ezgilenen halk müziği ve halk oyunları, toplumların doğal ve tarihsel kültür özelliklerine göre yöre yöre ve bölge bölge farklılıklar gösterir. Bu nedenle Türk kültürünün oluşmasında her yöre ve bölgenin ayrı bir yeri ve değeri vardır" (Çine, 1988: 107).

Yöresel ve kültürel müziği benimsetmek ve yaşatmak adına, âşıklar, ozanlar, mahalli sanatçılar, halk oyunu oynayan kişilerin motive edilmesi, müzik kültürüne yeni müziklerin ve halay müziklerinin kazandırılması için, yörelerde sanatsal ve kültürel faaliyetler kapsamında küçük yarışmalar (etkinlikler) düzenlenmelidir (Karaburun, 2013: 83).

Her ne kadar Sümerler, Sümerologlarımız tarafından Türk olarak kabul görmeseler de özellikle sahip oldukları ses sistemi, (bir sekizlide 7 ses… Pençgah dizimiz) dildeki aşırı benzerlikler, (Sümer – Türk Dili Benzerlikleri adlı kitapta belgelenmiştir) ve sazlarımızın bazılarının prototip benzerlikleri (Pantur, Zagsal, E-mine) dikkati çekmektedir (Güvençoğlu, 2003: 132).

"Türkler, tarih boyunca çok geniş bir coğrafi alana yayılmış olup buralarda bir takım farklı müzik kültürleri ile etkileşim içine girmişlerdir. Bu etkileşimler sonucunda Türk müzik kültürü pek çok koldan beslenmiş ve zengin bir yapıya kavuşmuştur. Böylesine zengin bir kültür mirasının izlerini Geleneksel Türk Sanat Müziği'nin gerek terminolojisinde gerek bu kültüre hizmet etmiş müzisyenlerin etnik çeşitliliklerinde gerekse ses sisteminin temellerini oluşturan eski yazılı kaynakların diğer bazı kültürlerle bağlantısında somut olarak görmek mümkündür. Son ikiyüz yıldır Batı'dan gelen kültürel etkinliklerin izleri ise ses ve çalgı müziği repertuarındaki eserlerle icra alanında kendini göstermektedir" (Levendoğlu, 2005: 253).

“Fakat bu türün (Türk Sanat Müziği); Türk halk müziğine göre yabancı unsurlardan daha fazla etkilendiği de bir gerçektir. Kurdukları devletlerin en sonuncusu olan Selçuklu ve Osmanlı devletlerinde halk, aydınlara göre kendi töre, gelenek ve müziklerini daima korumuşlardır. Okumuş zümreler, başkalık ve moda peşinde koşarak milli özden uzaklaşırken halk, kendi geleneklerine daha sıkı sarılmıştır. Aydınlar, İslam dininin etkisi ile Arap ve İran dili, edebiyatı ve müziği etkisinde kalarak onları taklide yönelirken, halk yine kendi geleneği içerisinde sözlü eserler üretmeye devam etmiştir” (Ekici, 2013, Gaziantep & Barak…: 13). “Orta Asya’daki çeşitli Türk kavimlerinde bulunan, çeşitli isimlerle anılan ve değişmeler sonucu şair – çalgıcılar olarak bilinen halk ozanları, TürklerinAnadolu’ya yerleşmeleri ile birlikte yerlerin âşık veya saz şairlerine bırakmışlardır. Bu kişilerin Orta Asya’dan getirdikleri müzik, Anadolu’nun binlerce yıllık kültür birikimi içindeki müzikle bir senteze uğramış ve günümüz Türk halk müziği oluşmuştur” (Emnalar, 1998: 33).

“Orta Asya’da göçebe hayat sürerken, komşu Çin, Moğol ve Hint müzikleri ile Batı Asya’da Fars müziğiyle karşılaşan Türkler, İslamiyet’in kabulünden sonra, Arap ve Farslarla birlikte bir takım yeni müzik buluşmaları meydana getirmişler, göçlerle Ortadoğu müzik kültürüne güçlü Asya’lı dinamikler kazandırmışlardır” (Levendoğlu, 2005: 253).

“VIII. ve XIII. yüzyıllarda gelişerek Endülüs’ten Çin'e ve Orta Afrika’dan Kafkaslara kadar geniş bir alanda yaygınlaşan Ortadoğu müzik kültürü, XIV. yüzyılda zirveye ulaşmıştır. XV. yüzyılda ise artık yavaş yavaş eski önemini kaybetmeye başlamış ve başta Türkler, Araplar ve Farslar olmak üzere çeşitli Müslüman toplumlar, daha kişisel karakterde kendi yapılarını kurmaya başlamışlardır” (Levendoğlu, 2005: 255; Can, 2001: 1).

Bilindiği gibi 9. yy. dan itibaren Türklerin İslam kültür dairesine girmesiyle birlikte Şamanist inanç pratiklerinin, İslami pratiklerle iç içe geçtiği görülmektedir. Günümüze yaklaşıldıkça halk kültürü geçiş evreleri bağlamında, dinsel geleneğe ilişkin müzikal unsurlardan başlıcaları; ilahiler, dualar ve tekbirler ile dans pratiklerinden özellikle Mevlevi geleneği bağlamında “sema” ritüelinin etkin olduğu gözlenmektedir (Demirbaş, 2011: 225).

“Yakın ve Ortadoğu’da Arap ve İslam imparatorlukların parlak dönemlerinde gelişenmedeniyetin genellikle Arap Medeniyeti olarak bilinmesine rağmenbu medeniyet alınan yerlere çöllerden gelen Araplar tarafından hazır vaziyette getirilmemiş, fetihlerden sonra aralarında Müslümanların yanı sıra Hristiyan, Yahudi ve Zerdüştlerin de bulunduğu Arabistan, İran, Mısır gibi çeşitli toplumların el birliği ile geliştirilmiştir. İslamiyet’in ilk yıllarından itibaren Arap, Grek, İran, Türk gibi milletlerin müzik unsurlarının birbirine karışması ile hızlı bir şekilde gelişip ilerleyen yeni bir müzik yükselmeye başlamışlar” (Levendoğlu, 2005: 255).

“Türklerin birçok müzik kültürünün harmanlandığı bir yer olan Anadolu’da yerleşmelerinden sonra Selçuklu döneminde çevre müzikleriyle etkileşimler devam etmiş ve daha sonraki Osmanlı döneminde özellikle Balkanlarda büyük müzik sentezlenmeleri yaşanarak, İstanbul her yerden müzikçilerin akın ettiği, Doğu’nun en büyük müzik merkezi haline gelmiştir. Son birkaç yüzyıldır Batı’yla gelişen ilişkiler müzikte başka yeni oluşumlara yol açmıştır. Farklı coğrafyalarda çok çeşitli kültürlerle etkileşimler yaşamış olan Türk müzik kültürü belli bir açıda ve tek bir çizgi üzerinde gelişmemiştir. Bu farklı kökler sayesinde ülke, tarih boyunca birçok farklı kültürün süzgecinden geçmiş zengin bir müzik mirası devralmıştır” (Can ve Levendoğlu, 2002:240).

Her toplum kendi kültür dinamiklerinde yaşayan halk müziği içerik olarak sosyal – kültürel hayatın en etkin ve aktif uygulama alanını oluşturur. Kabul edilene göre halk müziği; yaşadığı toplumun kültürel müzik kimliğine mührünü vuran, sözel aktarım ve icra yolu ile kültürel belleklere kazınan uygulamaların yanında, toplumsal kültürel gelişmenin de en önemli halkasıdır (Karabulut, 2017: 13).

“Yurdumuzda, bunlardan başka, yan yana yaşayan iki müzik vardır. Bunlardan birisi halk arasında kendi kendine doğmuş olan Türk Müziği diğeri Farabi tarafından Bizans’tan çevirme ve aktarma yoluyla alınan Osmanlı müziğidir” (Gökalp, 2018: 41).

Emnalar (1998), halk müziği çeşitli yabancı – yerli folklorcu ve etno – müzikologlar tarafından yapılan araştırmalar doğrultusunda halkın arasından çıkıp, kulaktan kulağa yayılan, halkın duygu ve düşüncelerini konularında yansıtan yaratılar şeklinde tanımlamaktadır.

“Halk müziği, toplumun içinden gelen, insandan insana aktarılarak yaşayan, sürekliliği bulunan, yüzyıllar boyunca toplumların kendi öz kültürleriyle bezenen, halk tarafından genel kabul görerek yaşayan bir müzik biçimidir” (Karaburun, 2013: 76).

“Gurbet havaları yörenin müzik folklorunda karakteristik bir yer edinmiştir. Yöre halkının çeşitli sosyal olaylara karşı duyarlılığını anlatır. Bu ezgiler bazen ritimli ve ölçülü, bazen de serbest yani ölçüsüz olarak ezgilenir. Gurbet havalarını etkin kılan özellik; ezgi yapısındaki dokunaklılık, yanıklık ve insanın içine işleyen ezikliktir. İnsanı etkileyen ve hüzünlendiren uzun hava biçiminde söylenen gurbet havalarından hemen sonra genellikle insanları coşturan Teke Zortlatmaları oynanır” (Çine, 2003:145).

“Gelin ağlatmak için kına yakılırken söylenen türkülerden başka yörede “Leylim Türküleri” olarak da bilinen oyun havaları da çalınıp söylenmektedir. Bu türkülerin eşlik çalgıları, erkekler arasında eskilerden beri davul ve zurna, kadınlar arasında ise tepsi, leğen gibi eşyalar ile birlikte darbuka ve zilli def çalgıları da kullanıldığı tespitlerimiz arasındadır” (Ekici, 2013, Gaziantep & Barak…: 67).

Müzik aynen dil, edebiyat ve tarih gibi milli kültürel ögelerimizden biridir ve millilik vasfına sahiptir. İnsanımız müzik ile hem keder hem de neşesini ifade etmiştir. Tarih boyunca özellikle kadınlarımız bir yakınları öldüğünde ağıt yakmış, gelin olan kızına ayrılık manileri düzmüş, gurbetteki sevdiğine gurbet, hasret manileri söylemişlerdir. Bununla birlikte gelen misafirler davul, zurna, türkü ve oyunla karşılanmıştır. Düğünlerde herkes oyuna katılır ve türkü söylerler. Türk halk müziğinin büyük bir bölümünü oyun havaları teşkil etmektedir. Oyun havalarının ritmik ve melodik yapıları, ahengi, âşık ve dertlilerin söyledikleri yanık havalardan farklıdır. Türk halk hikâyelerinin kahramanları, duygu ve düşüncelerini daima yanlarında taşıdıkları sazlar ve içinde bulundukları duruma göre söyledikleri türkülerle ifade etmişlerdir. “Saz çalamayandan âşık olmaz” anlayışı vardır. Âşık eğer saz çalamıyorsa yanında muhakkak saz çalarak kendisine eşlik eden bir kişiyi (repetitör) bulundurur.

Ozanlarımıza, âşıklarımıza ait türküler gösteriyor ki, eskiden destanlar müzik eşliğinde söylenirmiş. Nasıl çok zengin bir halk oyunumuz varsa en az onun kadar zengin bir halk müziğimiz de vardır. Hatta müzik; oyun dışındaki durumlarda da yapıldığı ve

söylendiği için şüphesiz ki oyunlarımızdan daha geniş bir yelpazeye ve birikime sahiptir.

Halk biliminin önemli dallarından ikisi olan halk müziği ve halk oyunları, her ne kadar ayrı ayrı dalları oluşturuyorlarsa da, her iki dalda kullanım alanlarının yakınlığı ve özellikle halk oyunlarının seyirlik hale getirilmesinde, bir başka değişle, halk oyunlarının sahnelenmesinde, müzik ve oyun bir arada sergilendiği için, her ikisinin de birlikte düşünülmesi gereklidir. Bu bakımdan her iki dal üzerinde birlikte çalışılması doğru ve güzel sahnelemek için şarttır (Altuğ, 1988: 1).

"İyi, tanıdık, sevilen bir parça söylenince salonda kopan alkış ve heyecan, musikinin birleştirici gücünü açıkça gösterir. Musiki de dil ve edebiyat gibi bir milletin ortaklaşa duygularını ifade ettiğine göre ona da kelimenin tam manasıyla bizi biz yapan bir değer gözüyle bakmamız ve korumamız doğru bir hareket olmaz mı?" (Kaplan, 2008: 57).

Çok eskiden bir motivasyon aracı olarak ilkel törenlerde dinin ve sihrin merkezinde yer aldığı bilinen müzik ve oyun, dilin oluşumu ile birlikte bir ifade zenginliği kazanmıştır. Toplu olarak yapılan ayinlerde ses ile birlikte yapılan bedensel hareketler, ölenin ruhunu dinlendirmek, kötü ruhları kovmak, ölünün diğer canlılara verebileceği zararları önlemek adına yakılan ağıtlar ve söylenen türküler, bugünkü türkülü oyunların temelini oluşturmuştur.

"Bilindiği gibi Kam, Oyun, Şaman, Baksı, Bakşı, Ozan gibi adlarla anılan sanatçı kimlikli olağanüstü kişiler, aynı zamanda türküyakıcılarıydı. Törenlerin uygulayıcısı ve yöneticisi olan bu olağanüstü kişiler, özel kişi olmaları nedeniyle de törenler sırasında kendilerinden ortak düşüncelerin davul veya kopuz gibi çalgıların eşliğinde tanıtılması beklenirdi. Ozanlar ve baksılar, bu törenler sırasında kopuz eşliğinde oyun türküleri ve şiirleri okurlardı" (Sivrikaya, 2002: 3).

"Eski Türkler törenlerinde ozan, baskı, oyun, şaman gibi şair, büyücü ve din adamları vasıtasıyla her zaman kopuz veya kopuz cinsinden sazları vazgeçilmez bir tutkuyla kullanmışlardır" (Kılıç, 2017: 360).

"Müzik, resim, heykel, mimarlık, tiyatro gibi insanda coşku ve hayranlık uyandıran sanatlara güzel sanatlar denir. Edebiyatta güzel sanatların bir koludur. Malzemesi ses ve

söz olan güzel sanatlara fonetik sanatlar denir. Müzik ve edebiyat fonetik sanatlar içinde yer alır" (Özkan, 2009: 68).

Yazılı olmayan kültürel ve sosyal unsurlar, söz ve müzik ile nesilden nesile sözlü aktarım yolu ile taşınmıştır.

"Halk ozanları, ölçülü olduğunu bilmeden, gayet lirik şiirler yazıyorlardı" (Gökalp, 2018: 41).

"Türkü teriminin kaynağı 'Türk' kelimesidir. Türk kelimesinin sonunda ilgi eki eklenerek Türk'e ait anlamında 'Türk-i' yapılmış ve bu kelime zamanlı 'Türkü'biçimine girmiştir" (Birdoğan, 1988: 23). "Ezgi ile söylenen halk şiirlerinin her çeşidini göstermek için en çok kullanılan ad "Türkü"dür. Türkü kelimesi yerine şarkı, deme, değiş, hava, gayda, ninni, ağıt adları da kullanılmaktadır" (Boratav, 1969: 150). "Türkler, çoğunlukla herkesin anlayabileceği ortak, sade ve doğal bir dille, hece vezni ile söylenmekte veya yazdırmaktadır. Fakat aruz vezni ile meydana getirilmiş örnekleri de vardır" (Elçin, 2004: 196).

"Ezgi ile söylenen halk şiirlerinin her çeşidini göstermek için (âşık şiirleri için dahi) en çok kullanılan ad 'Türkü'dür. Bölgelerle konulara değgin özel hallerde, ya da ezginin ve sözlerin çeşitlenmesine göre, Türkü kelimesi yerine şarkı, deme, değiş, hava, gayda, ninni, ağıt adları da kullanılmaktadır" (Boratav, 1969: 162). "Türkler, çoğunlukla herkesin anlayabileceği ortak, sade ve doğal bir dille, hece vezni ile söylenmekte veya yazdırmaktadır. Fakat aruz vezni ile meydana getirilmiş örnekleri de vardır" (Elçin, 2004: 196).

"Türk halk müziğinde türkü ne kadar yaygın ise Tasavvuf halk müziğinde nefes de o kadar yaygındır. Halk şiiri türkülerin yapısı ile nefeslerin yapısı arasında büyük bir benzerlik mevcuttur. Hemen hemen bütün türkülerde söz ve müzik anonimdir" (Yaltırık, 2017: 302).

"Bozlaklar söylenirken oldukça tiz seslerden başlanarak pes seslere doğru bir seyir gösterir ki bu makbul sayılır. Bu icra öyle bir icradır ki içerisinde; ağlama, göç, isyan, iskân, çığlık, sitem, haykırış, yiğitlik ve kahramanlık gibi insana özgü bu duygu ve olayların hepsini bulmak mümkündür" (Ekici, 2013, Gaziantep & Barak…: 31).

“Halkın temelde eğlenmek ve dinlenmek ihtiyacını karşılamak amacıyla düzenlediği her türlü etkinliğe halk eğlencesi adı verilir” (Kılıç, 2017: 353).

Özdemir (2005) eğlence kültürü ile ilgili olarak bizlere şunları aktarmaktadır. Eğlence gelenekler bileşkesidir. Eğlence kültürü birçok kültürel geleneğin yaratılma, aktarılma, yaşatılma ortamıdır. Bu bakımdan toplumların kültürel kimliğini meydana getiren gelenek, görenek ve inançları çoğu eğlence ortamlarında yaratılmış, yaşatılmış ve yok olmuştur. Bu nedenle de eğlence içinde dans, müzik, giyim kuşam, yiyecek ve içecek, tiyatro, edebiyat, oyun, sinema, moda festivali, şenlik vb. pek çok gelenek yer alır. Eğlence kültürü birçok kültürel geleneğin yaratılma, aktarılma, yaşatılma ortamıdır.

“Düğün gelenekleri yerine getirilirken sözlü veya sözsüz müzikal icralar da yapılır. Burada amaç gelin ve damadın bu mutlu günlerini bir şenlik havasına büründürmek ve davetlilerle birlikte hoş vakit geçirmelerini sağlamaktır. Çalgı, ses ve dans icracıları düğün yapılan yöreden ezgiler eşliğinde icralarını yaparlar” (Çolakoğlu, 2011: 191).

“Âşık tarzı, daha ziyade saz eşliğinde üretilen ve irticalen (doğaçlama) söylenen şiirlerin müzikal bir yapı içerisinde aktarımını esas alır ve Türk halk müziğinin önemli ayaklarından birini oluşturur” (Öncül, 2017: 387).

“Düğün tarihinden önce âşık veya âşıklar davet edilir. Düğün günü sabahleyin âşıklar düğün evine giderler. Âşıklar büyük bir saygı ile karşılanır. Hatta birçok hallerde Dede Korkut geleneğine hürmeten âşıkların önünde kurban kesilir. Erkek tarafı ve davetliler âşıklarla birlikte kız evine giderler. Âşıklar kız evinin önünde çalıp, okurlar. Saz havaları eşliğinde tek oyun veya yallı oynanır. …Öğle yemeği hazırlanıncaya kadar âşıkların çalıp okudukları türkü ve müzik eşliğinde açık havada veya kapalı mekânlarda oynanılır” (Aliyeva, 2011, Azerbaycan Düğün Törenlerinde… : 72).

“Bazı çocuk oyunlarında müzik, dans, söz, seyirlik gösteri öğelerini bir arada toplanmış buluruz” (Boratav, 1969: 248).

Gaziantep Barak bölgesinde düğünden yaklaşık bir hafta veya on gün önce düğün “bayrağı direğe çekildikten sonra düğün evindeki hazırlıklara yardım etmek için köyün gençleri gündüz toplanarak kendilerine göre olan işlere yardım etmektedirler. Akşam ise

yatsı namazından sonra yine düğün evinde çalgısız olarak türküler eşliğinde halay çekerek eğlenmektedirler" (Ekici, 2013, Gaziantep & Barak…: 109).

"Totemizmin kaynağındaki duygular, dehşet ve baskıdan ziyade, mutlu bir güven duygusudur. Eğer dinin karanlık tarafı olan cenaze ayinlerini bir tarafa bırakırsak, totem ibadetinin şarkılar, danslar ve dramatik temsillerle kutlandığını görürüz" (Durkheim, 2005: 272).

"Milletlerin tarihinde oyunun ilk belirtilerini müzikle birlikte görüyoruz. Tapınaklarda toplanan insanlar kendini müziğin ritmine bırakır, hiçbir kurala uymadan dans ederlerdi. Hareketlerin figürlerinde benzerlik aranmazdı. Müziğin ahengine uyan insan toplulukları bazen coşar, tepinir, garip sesler çıkarır; bazende yumuşak hareketlerle kıpırdanır, sallanır, böylece kendilerini tanrılarına yakın görürlerdi. İlkel insan topluluklarında oyunu, 'tanrılarına yaklaşabilmek için bir takım mimiklidanslar ve belli bir kuralı olmayan ritmik hareketler topluluğu' diye tanımlayabiliriz" (Sel, 1990: 1).

Halay çekilirken kırık havalar çalınmaktadır. Bazı bölgelerimizde çift zurna kullanıldığı durumlarda zurnalardan biri karar sesinde dem tutarken diğeri bölgede yaygın olarak bilinen uzun havaları çalar, sözleri söylenir. Aynı durum zeybekler ve horonlar için de geçerlidir. Özellikle oyunun sakin olan bölümlerinde türkü, atışma, deme – çevirme gibi formlarda kullanılan söz bölümleri olur. Bu da oyun ile müziğin birbirinden ayrılmaz bir bütün olduklarının kanıtlarından bir tanesidir.

Halk oyunlarının en önemli öğelerinden biri de ezgi, ölçü ve düzüm gibi öğeleri bünyesinde taşıyan müziktir. Türk halk oyunları yine Türk halkının malı olan Türk halk müziğinin çeşitli örnekleri eşliğinde oynanırlar (Coşkun, 1988: 71). Oyunlar hiçbir zaman müzikten ayrılmamış aksine hep onunla var olmuş ve daima onunla güzelleşmiştir. (Altuğ, 1988: 8). Halk oyunları ve halk müziği etle kemik gibidir. Asla birbirinden soyutlanamaz (Ayter, 1988: 43).

"Ağır zeybekler adından da anlaşılacağı gibi ağır tempolu oyunlardır. Bu oyunların başında gezinleme adı verilen serbest stilde bir giriş müziği çalınır. Bu müzik oyuna adapte olmayı sağlar. Gezinleme sırasında oyuncular daire formunu alır. Sözlü zeybeklerin bazılarında sözlü kısım genelde gezinleme olarak kullanılır" (Hakalmaz, 2003: 12).

Oyun ve müzikte, milli kültürün temelini oluşturan ve canlı kaynağı halkın hayatı olan halk kültürünün en önemli dallarını teşkil eder. Konuşma dilinin daha oluşmadığı dönemlerde çeşitli işaretlerle anlaşan ilk insanlar, tabiatta gördükleri olayları ve varlıkları taklit ederek drama yaparlardı. Sonradan oyunu meydana getiren bu hareketler, müzik ve çalgı ile birleşerek duygu ve düşüncelerin anlatılmasının vasıtası olmuştur (Sivrikaya, 2002: XXI).

"Bu oyun türküleri ve müziği önceleri efsaneleri, daha sonra sırasıyladini olayların anlatımına, daha sonra da toplum olaylarını anlatmağa koyulmuşlardır. Aynı gelenek İslamlıktan sonra da Gazneli'lerde, Karahanlı'larda, Selçuklu'larda, Harzemşah'larda, Altınordu'da, Mısır Memlükleri'nde, Cezayirli'lerde, Anadolu Selçukluları'nda, Osmanlı'larda, Anadolu Beylikleri'nde, halk arasında geleneğini sürdürmüştür. Orduda da saraylarda da aynı gelenek kullanılmıştır" (Demirsipahi, 1975: 10).

"Selçuklularda eğlence yatında musiki ve raks önemli bir yer tutmaktaydı. Eski Türk geleneği olan av âlemlerine, büyük ziyafetler ve kalabalık musiki toplantıları yapmaya büyük önem veriyorlardı. Ozan ve kopuzcular zafer gününü takip eden neşeli akşamlarda, ellerinde kopuzlar, o günkü kahramanlık sahnelerini yaşatacak destanlar söylerlerdi" (Kılıç, 2017: 359).

"Anadolu'da yaşayan medeniyetlerin izleri ve yaşayış biçimleri; çalgılar, ritim, ezgi, şiir biçimi, söyleme şekli (ağız), çalım şekli (tavır), akort şekli (düzen) ve halk danslarındaki figür yapıları, halk kıyafetleri (folklor kıyafetleri) ile açıkça yansıtılır. Kendine özgü şiirsel, çalgısal, ezgisel ve ritimsel, figürsel ve kıyafetsel biçimleriyle dünya müziklerinden ayrılıp kendi zengin farklılıklarını ortaya koyan bu müzik ve dans, bin yıllık kültür harmanını işleyerek, kuşaktan kuşağa, köyden kente, kentten dünyaya yansıtılmış ve günümüze kadar yok olmadan süre gelmiştir" (Karaburun, 2013: 77).

"Düğünler çok eskilerden başlayarak en şen, şuh, gür yapılan maişet merasimleridir. Azerbaycan'da düğünler Türkiye'deki gibi çok zengin bir halk kültürü panayırıdır. Bir farkla ki, Azerbaycan'da düğünler daha heyecanlı, katılımcı oyun, müzik ve yemeklerle büyük önem verilen bir şekilde düzenlenmekte, yaşanmaktadır. Özellikle düğünler baştanbaşa bir edebiyat, oyun, halk tiyatrosu, şöleni, bir kıyafet defilesi ve bir yiyecek – içecek ziyafetidir" (Kuliyeva, 2011: 558).

Gelenekli Türk tiyatrosu kapsamına giren oyunlarda müzik ve dans önemli bir yer tutar. "Orta Oyunu geleneğinde Meydan Oyunları'ndan itibaren müzik, dans, temsil ve taklid biri birleriyle o kadar kaynaşmış durumdadırlar ki; müzik ve raks yine de tamamen Orta Oyunu'ndan ayrılmamıştır." (Türkmen, 1991: 20).

"Halk oyunları oynanırken eşlikte sözlü örnekler kullanılıyorsa, türküler, çalgılarla uyum içinde söyleyebilecek yeterli sese ve müzik eğitimine sahip, yöresel tavırları bilen bir solist veya iyi çalışmış birbirine uyumlu bir toplulukla seslendirilmelidir" (Coşkun, 1988: 72).

### 1.5. Halk Oyunları

"Oyun sözcüğünün Türkçenin en eski sözcüklerinden biri olduğunu kaynaklar göstermektedir. Yapısal bakımdan ilk ekle oy – un olarak ayrılabilir. –u(n) eki, fiilden isim yapma ekidir" (And, 1974: 25).

Oyun kelimesinin "Öz Türkçe" bir kelime olduğunu dil bilimciler ispat etmişlerdir. Oyun kelimesinin kökeni "oy"dur. Yazılı kaynaklarımızdan Yenisey yazıtlarında "oyug", Divan-i Lugat-it Türk'de "oynaş" olarak geçmekle beraber Saha (Yakut) Türkçesinde hoplamak, zıplamak, sıçramak, atlamak anlamında "oy" olarak kullanılmaktadır. "Azerbaycan Türkçesinde *oynamag*, Başkurt Türkçesinde *uynav*, Kazak Türkçesinde *oynav*, Kırgız Türkçesinde *oynā*, Özbek Türkçesinde *oynemak* şeklinde görülmektedir. Oyunun 'temsil' anlamı ise, Azerbaycan Türkçesinde *tamaşa*, Başkurt Türkçesinde *uyın*, Kazak Türkçesinde *oyın*, Kırgız Türkçesinde *teatr oyunu*, Özbek Türkçesinde *spektakl* şeklinde verilmektedir" (Ertural, 2012: 101).

"Oyun, özgürce razı olunan, ama tamamen emredici kurallara uygun olarak belirli zaman ve mekân sınırları içinde gerçekleştirilen, bizatihi bir amaca sahip olan, bir gerilim ve sevinç duygusu ile alışılmış hayattan başka türlü olmak bilincinin eşlik ettiği, irudi bir eylem veya faaliyettir" (Huizinga, 1955: 48).

"Oyunlara koşulan kalıplaşmış, tekerlememsi veya uyaklı sözler; önceden belirlenmiş hareketler (cimnastik veya ritmik niteliğinde) ezgiler; dramatik sahneler; geometrik çizgiler veya biçimler; beceri isteyen jestler, davranışlar; güç gösterileri; törelik anlatımlı hareketler, sözler… Bazı çocuk oyunlarında müzik, dans, söz, seyirlik gösteri

öğelerini bir arada toplanmış buluruz… Gene çocuklara özgü olmakla beraber, onların kendi aralarında oynadıkları oyunlara gelince: bunlardan bir bölüğü sadece söz oyunlarıdır. Bunların tanımlanması, çeşitleri, başka tekerlemelerden, farkları, biçim nitelikleri üzerine girince kitabımızda etraflı bilgi verildi. İkinci bir bölük, yapıları daha karmaşık, daha gelişmiş, söz öğesine, hareketler, danslar, seyirlik küçük sahnelerde katılan, çoğu karşılıklı takımlar halinde oynanan oyunlardır. Bazılarında ezgiler de yer alır" (Boratav, 1984: 236-238-248).

Türkçe bir kelime olan oyunun çok çeşitli tanımları ve kullanım yerleri vardır. TDK halk oyunları anlamında oyunu "müzik eşliğinde yapılan hareketlerin bütünü" şeklinde açıklar (www.tdk.gov.tr12.03.2016).

"Oyun, kurgusu yönünden çeşitli hareket formları ve bölümleriyle bir bütünü ifade eder. Bir geleneğe bağlı olmak üzere motif, figür ve bölüm adı verilen hareket serileri üzerine kurulan, devinimlerle desteklenmiş, biçim kurgusuyla şekillenen ve bu görsel yapısı müzikle eşleşmek suretiyle derinlik kazanmış, estetiği hareketle yakalayabilen toplumsal ve anonim karakterli geleneksel kurgularına Halk Oyunu adı verilir" (And, 1961: 2833-2835).

"Cemil Demirsipahi'ye göre halkoyunları; ulusal müziğimizin bünyesine göre bir oyun kuran kişilerle adları bilinmeyen halk sanatçılarının kurgularına dayalı düzenlilikte ritim kurallarına bağlı olarak müzik eşliğinde yapılan tartımlı hareketlere oyun; bu oyunlar milletin duygu ve düşüncesine dayalı ise milli oyunlar ya da halk oyunları adını kazanırlar" (Sivrikaya, 2002: 6).

"Kavram olarak, halkoyunu; göze ve kulağa hoş gelecek biçimde düzenlenmiş, ölçülü ve dengeli hareketler yolu ile estetik bir etki ve heyecan yaratan, çoğunlukla, ses birimlerinden meydana gelen anonim halk müziği ile desteklenmiş olan, hareketli müzik bütünleşmesidir" (Öngel, 1992:8; Ekmekçioğlu, Bekar ve Kaplan, 2001: 18). Halk oyunları içinde barındırdığı, melodi, ritim ve hareket yapısı ile bireyin bedensel ve ruhsal gelişiminde önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır.

"İşte insanın insanla, insanın toplumla ve insanın tabiatla olan ilişkilerinin ve düalitesindeki dengenin bozulması sonucu, ortaya çıkan bir olayın doğurduğu kolektif duygu, bir yandan anonim ve ortak hareketleri yaratırken, diğer yandan da ortak

terennümler yoluyla evrensel seslerden milli ve kolektif müziği meydana getirir ki, sözü edilen bu müzik ve hareketler eşleşerek halk oyunlarını doğurur" (Öngel, 1992: 8).

Halk oyunu hareket, müzik ve söz olmak üzere üç ayrı öğenin birleşmesi ile oluşmuştur. Birbirine benzeyen, ritmik ve düzgün hareketlerin bir uyum içerisinde oluşturulması ile meydana gelen oyun; genellikle müzik ve söz eşliğinde olmakla beraber, müzik eşliği olmadan da sadece ritim eşliğinde, sözlü veya sözsüz olarak da icra edilebilmektedir.

"Gaziantep Barak bölgesinde düğünden yaklaşık bir hafta veya on gün önce düğün bayrağı direğe çekildikten sonra düğün evindeki hazırlıklara yardım etmek için köyün gençleri gündüz toplanarak kendilerine göre olan işlere yardım etmektedirler. Akşam ise yatsı namazından sonra yine düğün evinde çalgısız olarak türküler eşliğinde halay çekerek eğlenmektedirler" (Ekici, 2013, Gaziantep & Barak…: 109).

"Kaynağı halk olan, halk kültürünün zengin ve çeşitli yanlarını ifade eden bir olayı bir sevinci, bir coşkuyu, bir üzüntüyü yansıtan, müzikli olarak tek ya da gruplar halinde, vücudun el, ayak, baş gibi organlarıyla icra edilen, ölçülü, ritimli, düzenli hareketler" (Şenol, 1998: 28).

Oyunlar hiçbir zaman müzikten ayrılmamış aksine hep onunla var olmuş ve daima onunla güzelleşmiştir (Altuğ, 1988: 8). Halk oyunları ve halk müziği etle kemik gibidir. Asla birbirinden soyutlanamaz (Ayter, 1988: 43). Halk oyunlarının en önemli öğelerinden biri de ezgi, ölçü ve düzüm gibi öğeleri bünyesinde taşıyan müziktir. Türk halk oyunları yine Türk halkının malı olan Türk halk müziğinin çeşitli örnekleri eşliğinde oynanırlar (Coşkun, 1988: 71).

"Azerbaycan'da tören dansı sayılan "Yallı"nın oluşum tarihi bizim çağdan önce V y.y. ait edilmiştir… Odun gücüne inanmış ilkel insanlar çeşitli törenlere bağlı ateş yakar, ocak üzerinden atlarlar. Grup şeklinde ocak çevresinde devre vurar, el – ele vererek çeşitli türkü ve danslar ifa ederlermiş. Bu gelenek şimdi de icra olunur" (Aliyeva, 2011, Azerbaycan'ın Nevruz… : 76).

Halk oyunlarının tarihi derinliklerine inildiğinde bu oyunların günümüzden binlerce yıl öncesine, insanlık tarihinin ilk dönemlerine kadar dayanan bir geçmişe sahip olduklarını görmekteyiz. İnsan yaşamıyla birlikte ortaya çıkan ve köklü bir tarihe sahip olan halk

oyunları, aynı zamanda insanlığın hangi süreç ve evrimlerden geçerek günümüze kadar geldiklerinin ipuçlarını da bize verebilmektedir.

"Halkoyunları, en eski çağlardan beri, insanların hayatında önemli bir yer tutmuş ve günümüze kadar gelmiştir. İlkel zamanlarda yaşamış insanlar, yaban hayvanlarından korunmak, onları avlamak, birbirleriyle savaşmak mecburiyeti içinde zor bir yaşama mücadelesi veriyorlardı. Çoğu zaman güç, tehlikeli ve yorucu geçen bir uğraşmalarından sonra, zaferle dönen insanlar sevinçlerini tepinerek, sıçrayıp hoplayarak, coşkun hareketlerle kutlamaktan büyük zevk duymuşlardır. İşte oyunun ilk ve ilkel şekli bu biçimdedir. Daha sonra oyunu meydana getiren duygular ve olgular gelişerek, müzikle de bütünleşerek belirli bir düzene girmiş ve birçok olayların da etkisiyle çeşitlilik arz etmiştir Türk toplumunda da oyun yüzyıllar boyunca bir gelenek halinde devam eden çok geniş bir kültür hazinesi halini almıştır" (Baykurt, 1976: 124).

"İlk insan, sesini dil haline getirmeden önce, meramını, hareket ve tavırlarıyla anlatmış olmalıdır. Birçok hayvanlarda da görüldüğü üzere, hareket ve tavır en basit ve en çok kullanılan bir ifade vasıtasıdır. Biz, gördüğümüz insanların her hareketini tefsir ederiz. Hatta tefsir etmeden, düşünce faaliyeti olmadan, onların neler ifade ettiğini anlarız. Oturan, yürüyen, koşan, eğilen, yatan, gülen, ağlayan, elini sallayan, başını öne eğen, selam veren insan, bize kelimesiz olarak bir şeyler söyler. En hayati faaliyetimizin dış görünüşü olan bu hareketler tekrarlana tekrarlana, sabit ve bütün insanlar arasında müşterek bir tavır ve hareket dilivücuda getirmişlerdir. Lügatı ve grameri olmamakla beraber, herkes, bu dili anlar" (Kaplan, 2008: 134).

Konuşma dilinin daha oluşmadığı dönemlerde çeşitli işaretlerle anlaşan ilk insanlar, tabiatta gördükleri olayları ve varlıkları taklit ederek drama yaparlardı. Sonradan oyunu meydana getiren bu hareketler, müzik ve çalgı ile birleşerek, duygu ve düşüncelerin anlatılmasının vasıtası olmuştur (Sivrikaya, 2002: XXI).

Halk oyunlarının kaynağı dinsel ve büyüye dayalı ritüellere, törenlere ve şaman ayinlerine dayanmaktadır. Çok eskiden bir motivasyon aracı olarak ilkel törenlerde dinin ve sihrin merkezinde yer alan müzik ve oyun, dilin oluşumu ile birlikte bir ifade zenginliği kazanmıştır. Toplu olarak yapılan ayinlerde ses ile birlikte yapılan bedensel hareketler, ölenin ruhunu dinlendirmek, kötü ruhları kovmak, ölünün diğer canlılara

verebileceği zararları önlemek adına yakılan ağıtlar ve söylenen türküler, bugünkü türkülü oyunların temelini oluşturmuştur. Halk oyunları konularını savaşlardan, doğa olaylarından, dinden, üretimden, mesleklerden, hayvan taklitlerinden, aşktan ve günlük yaşamdan almıştır.

"İlk insan duygularını düşüncelerini anlatabilmek için doğadaki gözle görebildiği canlı varlıkları çeşitli mimik ve hareketle taklit ederek anlatmaya çalışır. Bu mimik ve hareketlerin zaman içinde seyirlik oyun niteliğine büründüğü görülmüştür. İlkel hayattaki bu inançların, dini törenlerin insan üzerindeki etkileri, onun kendi kültürünü yaratmasındaki temel unsuru olmuştur. Demek ki ilkellerdeki dans, genel çizgileriyle dinsel ve büyüsel bir karakterdir" (Çakır, 2003: 51).

"Tapınaklarda toplanan insanlar kendini müziğin ritmine bırakır, hiçbir kurala uymadan dans ederlerdi. Hareketlerin figürlerinde benzerlik aranmazdı. Müziğin ahengine uyan insan toplulukları bazen coşar, tepinir, garip sesler çıkarır; bazen de yumuşak hareketlerle kıpırdanır, sallanır, böylece kendilerini tanrılarına yakın görürlerdi. İlkel insan topluluklarında oyunu, 'tanrılarına yaklaşabilmek için bir takım mimikli danslar ve belli bir kuralı olmayan ritmik hareketler topluluğu' diye tanımlayabiliriz" (Sel, 1990: 1).

"Totemizmin kaynağındaki duygular, dehşet ve baskıdan ziyade, mutlu bir güven duygusudur. Eğer dinin karanlık tarafı olan cenaze ayinlerini bir tarafa bırakırsak, totem ibadetinin şarkılar, danslar ve dramatik temsillerle kutlandığını görürüz" (Durkheim, 2005: 272).

"İlkel insan algılayabildiği ölçüde kendine nedensellik yaratır, algılayamadığı veya bir nedenle bağlayamadığı olayları, nesneleri, doğaüstü nedenlerle, kavramlarla, güçlerle açıklamaya çalışır. Alıştığı olayların dışındaki olaylara mistik gözüyle bakar. Böylece insan bilincinin soyutlama yeteneği gelişir, kutsal varlıklar oluşur, çeşitli nesnelere saygı göstermeye başlar. Ardından tapınmalar, ayin ve büyüler gibi geleneksel işlemler biçiminde ritüel törenler oluşur. Bu törenlerde tarım, hayvancılık, deniz, kara avcılığı, iş hayatı, savaş, düğün gibi sosyal ve ekonomik olayların; yağmur, kar, fırtına, deprem, dalga, ağaçların rüzgârlarla sallanması gibi doğa olaylarının; kötü ruhları kovma,

bereket – güç dileme, sağaltma gibi ruhsal – dinsel olayların gerçekten soyutlanarak hareket ve ritimle anlatılması sonucu ilk tiyatro ve dans doğmuştur" (Koçkar, 1987: 13).

"Bütün eski törensel ve ritüel niteliğinde ikili bir ilişki buluruz. Bunlar söz (muthos) ve yapılan şey, eylem (dromenon)'dir. Bu genel ayrımdan sonra, dramın, tragedyanın çıkışı da bir yandan epos ve mithos ile ritüel'in eylem yönünün birleşmesiyle olmuştur. Ritüel ve törende, gerçi eylem, söz'den daha önemlidir, ancak söz ve mithos eylemin işlevselliğine karşın, onun kalıcı, yüceltici yorumsal ve anlamsal yönünü tamamlar. İşte oyunları incelerken, günümüzde bunların kalıntılarının asal amaçlarından uzaklaşmış oldukları düşünülerek, bunlara bağlı söylencelerin, ya da oyuna eşlik eden söz, ezgili söz gibi öğelerin incelenmesinden yararlanabiliriz" (And, 1974: 44).

"Türklerin oyunları ve müzikleri, şiirleri, tarihleri kadar eskiye uzanmaktadır. Yazı bilinmeden önce sözlü bir şiir, müzik ve oyun uygulaması vardı" (Demirsipahi, 1975: 9). "Yunan felsefesinin kökenlerini, bilgelik yarışmasının meydana getirdiği dünyevi kutsal oyunla olan ilişkisi içinde ele almak isteyen her kişi, kaçınılmaz ve sürekli olarak felsefi – dinsel ifade ile şiirsel ifadenin sınırlarında bulur kendini. Bu durumda, şiirsel yaratının özüne ilişkin soruyu, vakit geçirmeden hemen sormak uygun olacaktır. Bu soru bir bakıma, oyun ile kültür arasındaki bağa ilişkin bir akıl yürütmenin de merkezi temasını meydana getirmektedir" (Huizinga, 1955: 149).

"Tarihin ilk çağlarında dilli anlatımın olmadığı dönemlerde insanlar kendilerini bedensel hareketlerle ifade etmişlerdir. Bu hem içgüdüsel hem de evrensel bir olgudur. Çünkü dansın dili, tüm insanlar tarafından anlaşılan bedensel bir dildir. Bu dile, belirli bir amaç ile yapılan ritmik, estetik, bedensel hareketlerin tümüne dans adı verilir. Zaman içerisinde gelişen ve bir takım değişikliklere uğrayan dansın en eski çeşidi de halk oyunlarıdır" (Kaya, 2016, Türk Halk…: 22).

"Günümüzde kültür zenginliğinin en canlı ve halk sanatlarının en nadide bir örneği olarak kabul edilen halkoyunları, diğer sanatlardan farklı olarak ait olduğu toplumun orijinal karakterlerini taşıyan, fertlerin müşterek duygu, düşünce ve davranışlarını sergileyen, başkasına göre yalnızca güzel ama kendisi için dünyasını aydınlatan bir özelliğe ve güzelliğe sahip bir sanattır" (Değerli, 1988: 111).

“Halk oyunları; diğer sanat dallarından farklı olarak, ait olduğu toplumun orijinal karakterlerini taşıyan, fertlerin müşterek duygu, düşünce ve davranışlarını sergileyen, başkasına göre yalnızca güzel, ama kendi içinde ilgilenen kişinin dünyasını aydınlatma özelliğine sahip bir kültürel kimliktir” (Güven, 2013: 251).

Güçlü bir etkileşim unsuru olarak halkoyunları özüne uygun anlatım zenginliği ile görsel bir şölene dönüştüğünde amacına ulaşır, işte o zaman gerçek sanat olur. Ayrıca içeriksel boyutuyla ve doğru anlatımla sergilendiğinde halkoyunları ortaya çıkageldiği coğrafyanın ekonomik, siyasal, sosyal, tarihsel, psikolojik, yapılanmalarının ipuçlarını vererek bir anlamda halk kültürüne olan ilgiyi artırarak kültürleri incelenmesine adeta davetiye çıkarır… Ülkemiz evrensel değerde, yüzlerce halk oyunu ve seyirlik oyuna sahiptir. Bu oyunlarımızın anlatımlarında insanlar ve uluslararası birlik, küresel akrabalık, doğa ile uyum, kardeşlik, hoşgörü, paylaşım, laiklik, sevgi gibi mesajlar içeren evrensel öğeler bulunmaktadır (Cavaz, 2001: 39).

Bu değerler kuşaktan kuşağa miras kalan masallardan, öykülerden, yaşam biçimlerine; giysilerden geleneksel sanatlara kadar değişen geniş bir yelpaze oluşturur. Yazılı veya kulaktan kulağa geçen bir ülke veya yöre insanlarının düşünsel, duygusal ya da gerçek yaşamlarını yansıtan geleneksel müzik, bunların icrasında kullanılan enstrümanlar, dansları ve diğer anlatım biçimleri folklorik değerlerdir (Himmetoğlu, 2001: 70).

Halk oyunları insanımızın duygu, düşünce ve zevkinin, kendine özgü bir anlayışla ifadesidir. Aynı zamanda milletin gelenek ve göreneklerinden kaynaklanan hayat tarzını yansıtması nedeniyle kültürün temel unsurlarından bir tanesidir.

“Folklor yazma oyasından türkülere varıncaya kadar geniş kadrosu içinde, çok çeşitli konuları kapsayan bir bilim dalıdır. Halk musikisi ve oyunları, folklorun sadece bir dalıdır” (Ataman, 1988: 22).

“Kısacası, insanoğlu doğuştan homo ludens’dir, yani oynayan insandır. İlkel insanın, çevresini tanıması, öğrenmesi, bilgi edinmesi ve sanatı oyunla başlamıştır; bu insanın yaşamını vareden kültür, oyundur” (Nutku, 1998: 14).

Huizinga’ya (1955) göre oyun, kültürden öncedir. Çeşitli kültürlerden çıkma ya da rastlantı sonucu oluşmuş değil tam tersine çeşitli kültür biçimlerinin doğuşunda oyun

başlıca etkendir. Dil ve ritüelin kökeninde oyun vardır. Oyun isteğe bağlı gönüllü bir eylemdir, ısmarlama veya zorlama oyun olmaz.

"Halk biliminin önemli dallarından ikisi olan halk müziği ve halk oyunları, her ne kadar ayrı ayrı dalları oluşturuyorlarsa da, her iki dalda kullanım alanlarının yakınlığı ve özellikle halk oyunlarının seyirlik hale getirilmesinde, bir başka değişle, halk oyunlarının sahnelenmesinde, müzik ve oyun bir arada sergilendiği için, her ikisinin de birlikte düşünülmesi gereklidir. Bu bakımdan her iki dal üzerinde birlikte çalışılması doğru ve güzel sahnelemek için şarttır" (Altuğ, 1988: 1).

"Anonim halk bilim alanlarının en yaygınlarından biri olan halk oyunları, binlerce yıllık geçmişinden süzülen deneyimlerin kalıplaşmış ifadeleridir. Dünyadaki her ulusun kendine özgü geçmişten getirdiği bu oyunlar varlığını koruyarak günümüze kadar ulaşmışlardır" (Güven, 2013: 245).

Temelde insana ve kültüre dayanan halk oyunlarının; insanlığın var oluş tarihinden günümüze dek, insanın ve onun yarattığı kültürün sürekli değişim içinde olduğunu, var oluşundaki anlam ve işlevini zamanla yitirerek yeni bir anlam ve işlev kazandığını iddia eden bir yaklaşımdır. Çünkü biyolojik, psikolojik ve toplumsal bir varlık olan insan; oyun bilgisi ve becerisiyle birlikte doğmamakta, toplumun istekleri ve yaşama biçimi doğrultusunda, toplumun bir parçası olarak ruhsal dünyasını (duygu ve düşüncelerini) dışa yansıtırken, biyolojik yapısının da devreye girmesiyle duygu ve düşüncelerini göze, kulağa ve duygulara hitap eden ritmik bir takım hareketlere dönüştürmekte ve bu olguyu toplumla paylaşmaktadır (İnce, 1988: 139).

"Türk halk oyunları ait olduğu yörenin tarihini, coğrafya ve iklim yapısını, müzik geleneğini, giysi, takı, kullanılan araçlarını ve yöre insanının yaşam biçimini bünyesinde taşıyan, bu öğelere bağlantılı olarak yöre insanının karakteristik yapısı, davranışları, duyguları ve inançlarını kendine özgü bir biçimde hareket ve figürlerle yansıttığı birer halk kültürü ürünleridir" (Coşkun, 1988: 67).

"Halk oyunları, ait olduğu toplumun geleneksel değerlerini koruyarak, çeşitli konuları işleyerek, ritim, jest ve mimiklerden yararlanılarak, müzik ve müzik aletleri eşliğinde, toplu ve bazen de bireysel olarak anlatan önemli bir kültür unsurudur" (Uslu, 2013: 195).

“Halk oyunları, tanımlamaya çalışan halkın yaşam biçiminden, doğumundan ölümüne kadar olan yaşamının her döneminde yarattığı maddi ve manevi öğelerden kaynaklanmaktadır. İnsanın kendisiyle ve doğayla olan ilişkileri halk oyunlarında belirgin bir biçimde görülür. Toplum yapısındaki farklılık sosyoekonomik etkenler, doğa ve iklim koşulları, halk oyunlarının biçimlerini farklılaştırır” (Terzioğlu, 1991: 139-143). “Dolayısıyla folklor ve halkbilim disiplinin doğal bir parçası olan halk dansları, bir kişinin ürünü değildir. Halk dansları, ne popüler danslar gibi sonradan ortaya çıkan moda akımlarının, ne de modern dans topluluklarının oluşturduğu ve küçük toplulukların yalnızca kareografik amaçlarla icat ettikleri kültürel ürünler değildir. Tıpkı diğer folklor öğeleri gibi hem kolektif bir belleğin, hem de tarihsel bir geçmişin ürünüdürler. Bu anlamda, bu alanda yapılacak bir çözümleme de tarihsel anlamlara ve yaşanmışlıklara vurgu yapacağı için değerlidir. Özellikle halk dansları, ‘semah’ gibi dinsel/mistik bir niteliğe sahip olduğu zaman, hem içermiş olduğu sözsel ve işitsel göstergelerin anlamları daha derin, hem de tarihsel olarak daha köklü demektir” (Dönmez, 2013: 129).

“Oyunlar zamanla toplumun kültür unsurları ile işlenmiş, süslenmiş, müzik ve ritim olgusuyla donatıldıktan sonra hareket unsuru ile zenginleştirilmiş ve bu gelenek veya yaşanılmış olaylar, hatıralar bir duygu ve düşünce eseri olarak hareketle anlatımı yeğlemiş, nihayet aynı kültür çevresinden gelen ve oyunun anlatıldığını kolayca çözebilen insanlara bir oyun biçiminde sunulmuştur” (Gözaydın, 2002: 46).

“Oyun ve müzik, millet duygusunun ve eğitiminin en güçlü araçları olarak yüzyıllar boyunca Türk toplum hayatının çeşitli yönleriyle bağlantısını koruyan, milli ve büyük bir geleneğimizdir. Bir coğrafya ve tarih gerçeği olarak, çeşitli bölgeler içinde değişik ve renkli örnekler halinde, her fırsatta milli ve mahalli bir kaynaşma ve hareket unsuru halinde yaşatılan bu gelenek, tabiat sevgisi, insan sevgisi, memleket sevgisi ve millet bağlılığının açık tezahürüdür” (Ataman, 1975: 4).

“Türk Ulusal Oyunları, Türk’ün kendisidir. O’nun duygularını, düşüncelerini en içten bir biçimde sergiler. Bazan bir ordunun bir kal’aya atılışını yansıtan sesli bir tablodur. Bazan Türk’ün ölümsüz ruhu için dikilmiş bir bağımsızlık anıtıdır. Bazan bir coğrafyadır. Yeryüzündeki dağılışlarımıza, doğal koşullarımıza göre hareket ve ses

verir. Kadınlı erkekli alaca oyunlarımızda, kadına karşı saygı ve erkeğe karşı güven duygusu açıkça görülmektedir" (Demirsipahi, 1975: 5).

"Bir toplumun kültürel kimliğinin belirlenmesinde birinci sırada etkili olan sanatsal ve kültürel mirasıdır. Bölgeler ve yöreler arasında oldukça zengin bir çeşitlilik oluşmuştur" (Koca ve Koç, 2017: 98). Her folklor dalı kendi bulunduğu yöresinin ve öz halkının örf ve âdetini yansıtır. Milli kültürümüzün önemli unsurlarından birisini teşkil eden halk oyunlarımız da bölgelere göre farklılıklar göstermektedir. Halk oyunları iklimden etkilenmekte, yörenin iklimsel özelliklerini taşımakta ve yansıtmaktadır. Doğu, Güneydoğu ve Karadeniz'in insanı bir Ege, Marmara veya Akdeniz yöresine göre daha hırçın karakter yapısına sahiptirler. Bu durum yörelerin oyunlarına da yansımış, coşku, öfke, neşe gibi konular oyunlarda işlenmiştir.

"Türlü zenginliklerle dolu Halk Kültürümüzün içinde, her yöre ve bölge, kendi konularıyla ayrı bir değer taşır. Türkülerimiz ve oyunlarımız, bir ağacın bol meyve veren iki dalı gibi, Halk müziğimizin sözlü, sözsüz, bir bölümünü meydana getirirler. Bu bakımdan ayrı düşünülemez" (Çine, 1994: 1).

"Ülkemiz birçok medeniyetlerin beşiği ve köprüsü olmuş, eski medeniyetlerin geleneklerine, kültürlerini mirası olarak almış, farklı kültürlerin kesiştiği yol kavşağındadır. Bu farklı medeniyetlerin etkisiyle her bölge, kendi kültürünü oluşturmuş bunu folkloruna, halkoyunlarına ve giysilerine yansıtmıştır" (Güner, 2001: 59).

"Anadolu, coğrafik açıdan da birbirinden çok farklı bölgelere sahiptir. Bölgelerdeki ortak özellikler, aynı duygu ve düşünceler, ortak olaylar türkülerin sözlerinde ortak bütünlük olarak görülse de, halaylardaki figürlerde, halk oyunları kıyafetlerinde, ezgi, ritim, çalım şekli ve söyleniş biçimlerinden farklılık gösterir ve bu ortak duygular farklı şekillerde ortaya çıkar" (Karaburun, 2013: 78).

"Aslında Türkiye, halk oyunları açısından bir laboratuvar gibidir. Türkiye, köylerde tespit edilen 4000'in üzerinde oyun ile dünya üzerindeki en zengin oyun karakterine sahip ülke olarak tanımlanmaktadır. Çünkü bir kültür ve medeniyetler beşiği olan Türkiye'de, hemen hemen her yöresinde ayrı oyunlar, ayrı giysiler ve ayrı müziklere rastlanmaktadır" (Örnek, 1995: 16; Güven, 2013: 245). "Türkiye'de halk kültürleri

denilince akla ilk etapta halk oyunları, halk edebiyatı, el sanatları, gölge oyunları gibi konular gelmektedir" (Aydın ve Karademir, 2003: 30).

Bugün oynanmakta olan halk oyunlarının kökeni dini ve mistik ayinlere kadar uzanmaktadır. İlkel şekliyle dansın bir sihir ve büyü fonksiyonu vardır. Fakat günümüzde taklitli ve tiyatral oyunlar haricindeki oyunların nereden geldiğini ve hareketlerin ne anlama geldiğini, ne öğretenler, ne oyuncular, ne de izleyiciler kesinlikle bilememektedirler. Günümüzde artık halkoyunları çoğunlukta sosyal bir faaliyet kapsamında eğlence ve seyirlik özelliğe bürünmüş, çıkışındaki mistik misyon ve fonksiyonlarını tamamen kaybetmiştir.

"Genellikle hayvan taklitli oyunların köken araştırması, totemizme ve Şamanizm inanç çerçevesine dayanmakta olduğu kabul edilebilir. Fakat halk oyunları tarihi süreç içerisinde yaşam şekli ve diğer bağlamların değişmesiyle işlevsel olarak eğlenceye doğru bir dönüşüm geçirmiştir" (Kılınç, 2013: 269).

"Kültür varlığımızı oluşturan ürünler içerisinde seyirlik köy oyunları önemli bir yer tutmaktadır. Seyirlik köy oyunları din, töre, gelenekler, yaşam tarzı, sevinçler, hüzünler, korkular ile şekil bulur. Belli kurallar çerçevesinde kuşaktan kuşağa aktarılarak günümüze kadar ulaşmış, sözlü gelenek ürünü olarak kırsal kesim eğlence ve toplantılarında kendisine önemli bir yer edinmiştir" (Kızılkaya ve Deniz, 2013: 19).

"Halkbilimini bir yelpazeye benzetirsek, eğlencelerde bu yelpazenin bir parçasıdır. Ancak, eğlenceyi; oyundan, müzikten, dilden, giysiden ayırmakta mümkün değildir" (Ay ve Şaşı, 2011: 104).

"Toplumsal ve törensel kaynaşmalarda, eğlence hayatının her evresinde ve çeşitli oyunlar içinde, düğün, bayram gibi şenlikli günlerin ayrılmaz bir unsuru olarak, oyun ve müzik temelli bir araya gelmiştir" (Ataman, 1977: 7).

"Halkın temelde eğlenmek ve dinlenmek ihtiyacını karşılamak amacıyla düzenlediği her türlü etkinliğe halk eğlencesi adı verilir" (Kılıç, 2017: 353; Özdemir, 2005: 16). "Bu eğlencelerde 'birlikte/topluca eğlenme' söz konusudur. Dans, müzik, dramatik oyun, dramatik olmayan oyun, elektronik oyun, yemek ve içki, cirit, yağlı güreş, mani, türkü, bilmece, âşık karşılaması, hikâye veya masal anlatma, sohbet, giyim ve süslenme, koku,

inanç/ritüel, ceket yakma, masa devirme, havuza atma gibi pek çok unsurun bir arada yer aldığı bugünün renkli ve zengin Türk eğlence dünyası, müstakil bir sosyal disiplin olan halk bilimi/kültür biliminin en önemli araştırma alanlarından biri durumundadır" (Özdemir, 2005: 16).

"Selçuklularda eğlence hayatında musiki ve raks önemli bir yer tutmaktaydı. Eski Türk geleneği olan av âlemlerine, büyük ziyafetler ve kalabalık musiki toplantıları yapmaya büyük önem veriyorlardı. Ozan ve kopuzcular zafer gününü takip eden neşeli akşamlarda, ellerinde kopuzlar, o günkü kahramanlık sahnelerini yaşatacak destanlar söylerlerdi" (Kılıç, 2017: 359).

"İnsanların eğlenmesine hizmette bulunan folklor ürünlerinden birisi de halk oyunlarıdır. Halk oyunları da sözlü halk edebiyatının eski janrlarından (türlerinden) biridir. Halk dramları tarih boyu belli gelişim yolu geçmiş zamanla ilerlemiştir. Halk oyunları bir janr (tür) gibi şekillenene kadar folklorun diğer türleri içinde, özellikle epik türün ayrı – ayrı janrlarından ortaya çıkmağa başlamıştır. Böylece, profesyonel öykücüler, saz şairleri, bebeklerine öykü söyleyen anneler ve nineler öykü olaylarının gidişine tabi olarak mimikten, jestlerden, el – kol hareketlerinden de geniş kullanmışlar. Bu zaman ise sanki söylenen folklor örneği ilk biçimde sahneye uyarlanmış ve halk oyunlarının ilk söylenen folklor örneği ilk biçimde sahneye uyarlanmış ve halk oyunlarının ilk embriyoları ortaya çıkmıştır" (Şahidov, 2011: 750).

Hareket ve tavır dili, tarihin ilk çağlarından bugüne kadar, günlük hayatta, raksta, tiyatroda, dinde, adap ve nezakette daima en önemli bir vasıta olarak kullanıldığından, ona yalnız ilk dil değil, edebi bir dil gözüyle de bakılabilir. Onun ses ve yazı dilinden çok daha tesirli olduğu herkes tarafından bilinmektedir.

"Önemli saptama ve bilimsel çalışmalar yapılmadan oyunlarımızın verdiği mesajlara, espri ve anlamlara dokunulmamalıdır. Orta Asya'dan Anadolu topraklarına göçen ve orada kökleşip filizlenen, büyüyen Türk halk danslarının; Uygarlık tarihinin, zamanımızdan en az dokuz bin yıl öncesinden, bize getirip teslim ettiği insanlık kültürü emanetleri olduğu hatırdan çıkarılmamalıdır… Onların arkeolojik birer eser gibi korunması gerekliliği de unutulmamalıdır. Bu dansların taşıdıkları mesaj, anlam ve espriler de bir mirasyedi cömertliğiyle harcanmamalıdır. Hiç değilse sağlıklı bir arşiv

kurulup diğer uluslara karşı da bilimsel ve hatta hukuksal durumları tespit edildikten sonra değişikliklere gidilebilmesi düşünülmelidir" (Baykurt, 1988: 60).

"En eski şekliyle halk oyunlarında bir sihir ve büyü fonksiyonu söz konusu iken, bu gün sihir ve büyü unsurları tamamen unutulmuştur. Yaşam sürecinde toplum vicdanında derin izler bırakmış olan büyük olaylardan etkilenen insanımız bu olayların hikâyesini oyun figürleri halinde zamanımıza kadar ulaştırmış, daha sonraları yine mevcut koşullar üzerinden sanatsal, estetik ve de sportif bir anlayış çerçevesinde çıkış kaynağındaki yapısından çok farklı bir fonksiyonel yapıya bürünmüştür. …Fonksiyonu bir veya birçok değişkene bağlı olarak değişen nicelik olarak tanımlarsak, halk oyunlarının yapısını, toplumdaki fonksiyonların oluşturduğu fikri, düşüncemize temel dayanak teşkil eder. Bu fikre göre; halk oyunlarındaki yapılaşma çağın gereksinimleri doğrultusunda her dönemde farklı şekiller almış ve farklı amaçlara hizmet etmiştir" (Gerek ve Ünveren, 2003: 107).

### 1.6 Dans

"Ritmin kullanıldığı tören veya toplantıların başlangıcında sabit duran insanlar trans durumu gerçekleştikten sonra ritm tekrarlarına bedensel katılımlarda bulunuyorlardı. İnsanların oturduğu düşünülerek ritme bel üstünde kalan hareketli bölümler yani omuz ve baş eşlik ediyordu. Bedenin ritmli salınımları trans durumu ilerledikçe artıyor, sert vurgulamalar göze çarpıyordu. Vücudun sadece üst kısmıyla yapılan bu ritimli hareketler, zaman içeriside tüm bedene dağıldı. İletişim aracı olarak vücudunu kullanmaya alışık olan insanoğlu ritimle hareket etmede zorlanmadı. Ve böylece insanlık, sonradan adına dans diye isimlendirilecek yeni bir kavramla tanışmış oldu" (Çiğdem, 2003: 10).

"Dans; toplumsal yararlar için insanların iletişimde kullandıkları hareketleri, büyüsel amaçlar doğrultusunda trans haline geçirici, bireyler arası bağı kuvvetlendirici ve düzen sağlayıcı ritmle birleştirerek yaptığı bedensel faaliyetlerdir" (Çiğdem, 2003: 14).

"Dansı, insanın hareket yeteneğinin, sanatsal kaygılarla, ritim ve müzik eşliğinde en yüksek düzeye çıkarılması olayı olarak tanımlayabiliriz" (Koçkar, 1987: 15).

TDK dansı şu şekilde tanımlamaktadır; "müzik temposuna uyularak yapılan ve estetik değer taşıyan düzenli vücut hareketleri" (www.tdk.gov.tr 12.03.2016).

"Novack'ın belirttiği gibi; bir dans karakteri, yaşayan insan bedenlerinde dile gelir. Dolayısıyla salt adımların, omuz titreyişlerinin ve mimiklerin öğrenilmesi bütünüyle yetersiz kalır; çünkü dans, bir kültürel arka planın ve en az onun kadar bir bireysel iç dünyanın son ürünüdür" (Novack, 1990: 59; Karaburun, 2013: 83).

"Dans, dansçının vücudunda hayat bulmaktadır. Dansçı her ne kadar dans adımını aslına uygun formda kendi vücuduna yakıştırdığı biçimde icra ederse, iç dünyasındaki duygu yoğunluğunu o kadar seyirciye aktarmış olur. Dans, düzen demektir. Vücudun icra esnasında almış olduğu duruş pozisyonu seyirciye, adımdan çok kişiyi anlatır. Dansçının almış olduğu haz seyirciye yansır" (İstek, 2013: 190).

"Dans, sanatsal ve kültürel bir olay olarak dünyanın her yanında çok çeşitli biçimlerde varlığını sürdürmektedir. Tarih içinde, temel olarak, dinsel ve toplumsal işlevlere hizmet etmişler. John Marfin'e göre dans eylemi, ne olursa olsun, dışarıdan nasıl görünürse görünsün temel olarak duyguların hareket aracılığıyla dışa vurulmasıdır ve bu dışavurum her zaman akılcı yollarla açıklanamaz" (Ekmekçioğlu, Bekar ve Kaplan, 2001: 15-16).

"Dans, toplumsal – ekinsel yaşamın derinliklerinde yalnızca insan ile insan tarafından ve insana ait olan bilişsel ve duygusal zekânın ürünü yeteneklerden birisi olarak, insanoğluna, işlediği bedeninin izdüşümleri onun yaşantısına kattığı olumlu getirilerle yansıtmıştır. Toplumsal bellek işlevi üstlenen dans, içsel bir itki olarak toplumsal kimliğin gerçek yönlerini tüm açıklığıyla yansıtabilme üstünlüğü taşımış ve toplumların ekinsel donanımlarının bireşimi olarak genel yapılanmaya ilişkin bilgi aktarabilecek gizilgücüyle (potansiyeliyle) tarihsel sürece tanıklık etmiştir" (Akgül, 2013: 106).

"Dans eğlence olarak ilk defa Antik Mısır'da ortaya çıkmıştır (M.Ö. 3000). Dansın estetik açıdan değerlenmesi Antik Yunan'a dayanmaktadır. Ayrıca o dönemde dans askerlerin eğitimi içinde kullanılmaktaydı (M.Ö. 3000 – 1400). Ortaçağ'da ve Rönesans da Hıristiyanlığın yayıldığı, kilise ayinlerinde dans edilmesi ve zamanla bu zihniyete karşı çıkış gibi faktörler karşımıza çıkmıştır" (İstek, 2013: 187).

“Halk oyunlarının günümüzde icra ediliş biçimleri ve ortamları bakımından yüklendiği işlevler zaman içinde kökenindeki ritüel özelliklerini kaybederek değişmiştir. Oyun oynama geleneği zamanla dini, törensel niteliklerini kaybederek bugünkü biçimlerini almış ve estetik bir özellik göstererek farklı işlevler yüklenmiştir. Adrienne Kaeppler, ‘Bazı toplumlarda insanların tanrı için sergiledikleri hareketler dinsel bir tören olarak kabul edilir. Fakat aynı hareketler bir izleyici karşısında sergilenirse bir dans olarak algılanır.’ tespitinde bulunmaktadır. Bu düşüncede dans, bazen müzikal bir ses ve bazen şiirle, görsel hareketli ve estetik görünüşlerin birleştiği, kulağa ve göze hitap eden kompleks bir iletişim formu olarakdeğerlendirilmektedir. Ayrıca dans, zaman içerisinde insan vücudunun ustalıkla kullanıldığı yaratıcı bir sürecin sonucu olarak oluşan kültürel bir form olarak tanımlanmaktadır.” (Ertural, 2012: 104).

“Anadolu’da dans geleneği çok eskidir… Daha sonraki uygarlıkların resimlerinden, heykel ve duvar kabartmalarında bazı geleneklerin daha sonra da sürdürülüşünün ipuçlarını buluruz” (And, 1964:7-8). “Anadolu’da yaşayan medeniyetlerin izleri ve yaşayış biçimleri; çalgılar, ritim, ezgi, şiir biçimi, söyleme şekli (ağız), çalım şekli (tavır), akort şekli (düzen) ve halk danslarındaki figür yapıları, halk kıyafetleri (folklor kıyafetleri) ile açıkça yansıtılır. Kendine özgü şiirsel, çalgısal, ezgisel ve ritimsel, figürsel ve kıyafetsel biçimleriyle dünya müziklerinden ayrılıp kendi zengin farklılıklarını ortaya koyan bu müzik ve dans, bin yıllık kültür harmanını işleyerek, kuşaktan kuşağa, köyden kente, kentten dünyaya yansıtılmış ve günümüze kadar yok olmadan süre gelmiştir” (Karaburun, 2013: 77).

“Anadolu’daki kültürleşme sürecinde de gelip geçen onlarca uygarlık, etnik çeşitlilik, coğrafya farklılıkları vb. nedenlerle çok zengin bir mozaik oluşmuş; Anadolu insanının geleneksel danslarında, müziğinde ve giysilerindeki güzelliği, çeşitliliği yaratmıştır” (Avşar, 2000: 29).

“Batı kültür ve hayatıyla Türk toplumunu yüz yüze getiren Tanzimat hareketi, Batı ve Latin kaynaklı sözcüklerin dilimize çokça girmesine, bu arada da ‘oyun’ kavramımızı karşılamak üzere de ‘dans’ sözcüğünün kelime haznemizde yer almasına sebep olmuştur” (Öngel, 1992: 11).“Dans için, oyun, yaygın, genel bir kelimeyse de çeşitli bölgelerde oyunun dans, raks karşılığı olarak başka kelimeler de kullanılmıştır. Örneğin

kalgı, kırın, tüneg, heleşk çekmek, horitmek, bar, halay, horon gibi kelimeler farklı yerlerde ve bölgelerde dans, raks karşılığı olarak kullanılmıştır" (And, 1964: 14-15).

"Türk halk oyunları bir bakıma yanlış kullanılan bir terimdir. Doğrusu köylü dansları ve oyunlarıdır. Her şeyden önce büyük kentlerdeki halkın oyunları bu köylü oyunlarından değişiktir, daha çok seyirlik oyun özelliği taşırlar ve özellikle profesyonel, paralı dansçılarla gösterilir. Öte yandan halk oyunu terimi bütün yurdu kapsayan, yaygın, bütün halkın dansettiği danslardır. Türkiye'de bu türlü bütün yurda yaygın danslar yoktur. Bunun yerine her bölgenin ve bu bölge içindeki ilçe, köylerin her birinin ayrı ayrı dansları bulunduğundan köylü dansı ve köylü müziği demek daha yerinde olacaktır. Köylü dansları içinde toplum dansları ve seyilik danslar da buluruz, fakat bunlar sayıca daha azdır" (And, 1964: 13-14). And halk oyunu veya dans kelimesi yerine "köylü dansları" veya "köylü oyunları" teriminin doğru olduğunu dile getirmesine rağmen aynı eseri incelendiğinde başlıklar haricinde genel olarak "dans" kelimesini defalarca kullandığı açık bir şekilde göze çarpmaktadır.

"Danslar; folklorik özellikleri yönünden birbirinden farklı Avrupalı ulusların, ortak ve evrensel salon oyunlarıdır. Eşlik müziği, folklor malzemesi olan anonim halk müziği değil, ferdi yaratmalara dayalı bestelerdir. Dans; özellikleri yönünden 'halk oyunu' terimi ile taban tabana zıt ve kesinlikle, doğuşundan itibaren, folklorun özünde yatan 'halk' kavramı ile ilgisi olmayan salonların ve aristokların evrensel özellikli, eşlik müziği -anonim karakterli halk müziği dışında kalan- ferdi yaratmalara dayalı bestelere estetik anlam kazanan oyunlardır" (Öngel, 1992: 12-13).

"Dans sahneye aktarılınca sanatsal bir karakter kazanır. Artık sahne sanatları arasında yer alması veya öyle müteala edilmesi gerekir. Sanatta sürekli veya bağımsız bir gelişim söz konusudur" (Türkoğlu, 1988: 206).

"Plehanov'a göre sanat oyundan çıkmıştır. Ama bu oyun, sanıldığı gibi gerekçesiz ve yararsız bir eğlence değildir. Toplumsal bir yararı vardır. Nitekim ilkel toplumlarda oyun gençleri gelecek ödevlere hazırlar" (İnce, 1988: 140).

"Dans anlamında (Oyun), çok eski çağlardan bu yana, insanların hayatında önemli yeri olan bir gelenektir. Daha uygarlık nedir bilmeyen mağara insanları, yaban hayvanlarından korunmak, onları avlamak, birbirleriyle savaşmak zorunluluğu içinde,

çetin bir yaşam sürdürüyorlardı. Çoğu zaman tehlikeli geçen bu savaş ve uğraşlardan zaferle dönen insanlar, sevinçlerini tepinerek, sıçrayıp hoplayarak, coşkun hareketlerle kutlamaktan büyük zevk duyuyorlarmış. İşte oyunun ilkel şekli budur. Sonraları oyunu meydana getiren duygular, daha başka olaylarda gelişerek ve müzikle de bütünleşerek düzene sokulmuş, çeşitli olayların etkisiyle, çeşitleri meydana gelmiştir" (Ataman, 1977: 7).

İlkel dönemdeki insanların günlük yaşamlarında yer alan konular bugünkü gibi çok geniş ve teferruatlı değildi. Genellikle avlanmak, yiyecek toplamak, barınmak, ateş yakmak, savaşmak, ölüm gibi daha çok doğayla ilgili konulardır. Anlatım dilinin oluşmadığı o dönemlerde günlük yaşamda varlıklarına inandıkları ne kadar soyut, somut, doğaüstü güç varsa bunlara şükran ve minnettarlıklarını dans yolu ile ifade ediyorlardı.

"İnsanlığın doğuşundan bu yana, bütün çağlar bir çeşit dansta sembolleştirilmiş ve karakterize edilmiştir. Aslında dansın gelişimi tekniklerinin ve formlarının tanımıyla değil, insanlığın ideallerinin ve duygularının değişimi ile eşleştirilebilir diyebiliriz. Tarihçilerin dansı görmemezlikten gelmeleri, onun hakkında bilgi toplamanın ve araştırma yapmanın imkânsızlığından kaynaklanmaktadır. Dans her yerdedir. En ilkel insanın kendi dünyasını anlatabilmek için dansa başvurduğu, düşünce ve duygularını dışa vurduğu ritmik veya ritmik olmayan hareketlerle tanımladığı düşünülürse, dansı sosyal bilimlerin kapsamında araştırma ve gerçek bilgi toplamanın zorluğu daha iyi anlaşılabilir. Buna karşın ilkel insanın yaşamından neredeyse bir gereklilik olan dansın zamanın akışıyla beraber çeşitli formlar alarak dünyanın değişik yerlerinde süre geldiğini biliyoruz" (Günsür, 1988: 11).

### 1.7. Spor

Türk halk oyunlarının kültürel açıdan bu kadar önemli özelliklere sahip olmasının yanı sıra bilinmesi gereken bir başka yönü ise fiziksel ve zihinsel boyutlarıdır. Halk oyunları sadece kültürel ve sanatsal bir faaliyet olarak görülmemelidir. Zira halk oyunlarının icra edilmesi esnasında solunum ve dolaşım sistemleri başta olmak üzere metabolizma da birçok değişiklikler meydana gelmektedir. Bu değişikliklerin olması halk oyunlarını aynı zamanda önemli bir bedensel aktivite faaliyeti olduğunu göstermektedir. İnsanların

en önemli ihtiyaçlarından biri olan bedensel aktivite sağlıklı bir yaşam için son derece önemlidir. Bu bağlamda Türk halk oyunları insanların hareket ihtiyacını karşılamak açısından önemli bir faaliyet dalı olabilir (Kaya, 2016, Türk Halk…: 11-12).

"Halk oyunları, toplum üyelerince kabul görerek, insan davranışının öğrenilen ve kuşaktan kuşağa aktarılan kültür ürünüdür. Erçil (1991) insanların günlük yaşamda yaptıkları yürüme, koşma, dönme, çökme, yaylanma, sekme ve atlama gibi hareketler halk oyunlarında da aynen ya da daha abartılı bir biçimde kullanılmaktadır. Halk oyunlarında uygulanan bu hareketlerin fiziksel aktiviteler olması münasebetiyle de aynı zamanda hareket ve antrenman alanıyla da yakın ilişkide olduğu görülmektedir" (Ağırbaş, Çolak ve Ağgön, 2013: 152).

Halk Oyunu: İnsanların kendi ve doğayla aralarındaki ilişkilerinin yansımalarından kaynaklanan, ritim ve ezgi ile bütünleşerek uyumlu hareketlerin arka arkaya sembolik olarak sıralanmasından oluşan, sanat ve spor değeri taşıyan kültür ürünüdür… Burada insan – insan ve insan – doğa dediğimizde, toplumsal etkileşimin dinamizmini söylemiş oluyoruz. Bu, tümüyle toplum bilim konusudur. Diğer taraftan ritmik hareketlerden oluşması spor yanını meydana getirmektedir. (Aydın, 1982, Toplumbilim…: 5).

"Halk Oyunları bir toplumun kültürel birikimleriyle oluşan ve dolayısıyla ait olduğu toplumun özelliklerini bünyesinde barındıran kültür ürünleridir. Diğer danslarda olduğu gibi, oluşumundaki ana unsurlar mekân, zaman ve bedendir. Hareketlerin oluşumunda kültürel özelliklerin yanı sıra bedeninin anatomik olanakları da göz ardı edilmemelidir. İnsan hareketlerinin bilimsel bir yaklaşımla incelenmesi de kuşkusuz sadece halk oyunları alanında değil vücudun kullanımı ile ilgili tüm spor ve sanat dallarında kaçınılmaz bir gerçektir. Halk oyunlarının biçimlenmesinde önemli bir yer tuttuğuna inanılan hareket unsuru, oluşumundaki belirgin özellikler diğer unsurlardan ayrı olarak, tek başına ele alınmaktadır. Hareketlerin incelenmesi, her halk oyunları türünün kendine ait temel pozisyon ve hareketlerinin tespit edilmesini, türlerin karakteristik yapılarının hareket bazında ortaya konmasını ve türler arasındaki ayrımların ve etkileşimlerin görülmesini mümkün kılmaktadır. Hareketlerin anatomik açıdan öğretilebilir olma özelliğine sahip olması da uygulamalı bir alan olan halk oyunlarında önemli bir yer tutmaktadır. Bütün bu incelemeler neticesinde; insan vücudunda anatomik olarak var olan hareketlerin halk oyunlarında ne şekilde kullanıldığı ve bunların Bar, Halay,

Horon, Karşılama, Hora ve Zeybek oyunlarına göre farklılıklar göstermiştir" (Doğan, 2013, Halk Oyunlarında…: 211).

"Halk oyunlarında uygulanan birçok ritimsel hareket doğru zamanda ve genellikle müzik eşliğinde uygulanmalıdır. Bu durum da halk oyunları faaliyeti gösteren oyuncuların optimal düzeyde koordinasyon özelliğine ayrıca sesli uyarı niteliği taşıyan müzik ile hareketin başlaması ve hareket serisinin sonuna kadar her ritmi yakalayabilmek için de özellikle iyi bir işitsel reaksiyon zamanı düzeyine sahip olma gereklilikleri ortaya çıkarır. Reaksiyon zamanı, uyaranın başladığı zaman ile tepkinin başladığı zaman aralığında geçen süre olarak tanımlanır ve sportif performans açısından büyük bir öneme sahiptir. Halk oyunlarının bir fiziksel aktivite olduğu göz önüne alındığında reaksiyon zamanının diğer sportif branşlardaki etkileri bu alanda da görülebilir. Ancak halk oyunlarında bulunan yöresel farklılıklar egzersiz boyutuyla bakıldığında uyaranların sıklığı ve şiddeti bakımından farklılıklar göstermektedir" (Ağırbaş, Çolak ve Ağgön, 2013: 152).

"Halk oyunlarıysa, insanoğlunun uyum ve dizemden (ritim) hoşlanma içgüdüsünün varlığıyla bir yandan duyumsal hazza kaynaklık ederken, öte yandan bedensel hareketlilik yönüyle sportif bir etkinlik niteliğine bürünmüştür. Böylelikle bireye hem bedensel sınırlarının düzeyine ilişkin bilgi sunarken, hem de toplumsal birlik duygusunu perçinlemiştir" (Akgül, 2011: 66).

Fiziksel aktivitelerin en önemli amacı kişinin rutin işleri için gerekli olan fiziksel uygunluk düzeyini ve fiziksel kondisyonunu sağlamaktır. Sağlıklı yaşamın vazgeçilmez komponenti kabul edilen düzenli egzersiz alışkanlığının her ortamda yapılabilirliğinin yaygınlaştırılması ve her kesimden insanın katılımının sağlanması için, halkoyunları çalışmalarının sportif özelliğinin ortaya konulması gerekmektedir.

"Dansı fiziksel olarak meydana getiren insan hareketleri, ana malzemesi ise insan vücududur. Kemikler, kaslar, eklemler ve sinir sistemi gibi insan vücudunu oluşturan unsurlar, bütünüyle insan vücudunun anatomik ve kinestetik özelliklerini belirler" (Aktaş, 2006: 34).

"Halk oyunları eğitimi sayesinde kişi, kendini tanır ve tanıtır, yeteneklerini geliştirir, sınırlı ve güçlü yönlerini fark eder, vücudunu ve sağlığını korur, organizmasını en iyi

biçimde kullanmayı öğrenir. Ayrıca, gerekli bilgi, beceri, alışkanlık, kişisel ve toplumsal davranışlar kazanır, boş zamanlarını değerlendirir" (Uslu, 2013: 198).

"Halk oyunlarında kişilerin boy, kilo ve ağırlık ölçümleri göz önünde tutulmalıdır, Bu fiziksel özellikler göz önünde bulundurularak takım oluşturulmalı ve hatta antrenman sistemi oluşturularak ne kadar esneklik kazanıldığı ve kilo verimi nasıl sağlandığı nasıl antrenman programı ile oluştuğu değerlendirme altına alınmalıdır" (Doğan, 2013,Halk Oyunlarında…: 212).

"Hareket performansı, sadece görsel bir gösteri olarak değil, kültürel öğrenmeye dayananKinestetik, kavramsal ve duygusal bir deneyimdir. Hareket performansı için yapılan bu tanım bize geleneksel dansların kuramsal yönüyle ilgili de yol göstermektedir. Geleneksel danslar sadece hareketten ibaret değildir. Toplumun bütün kültürel değerlerinin geleneksel danslara etkisi söz konusudur. Beden kendi inşasını yaparken yaşadığı toplumun kültür öğelerinin tamamından etkilenir. Bu etki dans eden bedeni hareket olgusunun yanında kültürel, fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik bilgilere donatır. Dolayısıyla geleneksel dans öğrenimi sadece hareket bazlı bir öğrenim değil top yekûn kültürel bir öğrenimdir. Özetle, geleneksel dans kimden, nerede ve hangi yöntemle öğrenilirse öğrenilsin, yörenin kültürel öğeleriyle yorularak, miras olarak aktarılan bir öğrenimden daha başarılı olmayacaktır. Çünkü her geleneksel dans özel ve özgül bir beden inşa eder ve geleceğin dans estetiğine bakışını temsil eder. Görünümü ve yapabilecekleri itibari ile eşsiz bir beden yaratır. Bu bağlamda yukarıda da belirttiğimiz gibi öğrenimde en iyi sonuç dans eden bedenin iyi bir taklidi olabilir" (Yılmaz ve Erdoğan, 2013: 165).

"Halk oyunları çalışmalarında uygulamalar, yörelerin özelliklerine göre farklılıklar göstermektedir. Farklı yörelerin oyunları güç, kuvvet, çabukluk ve dayanıklılık gibi motorik özellikler üzerinde farklı etkiler yapmaktadır" (Doğan, 2013, Halk Oyunlarında…: 212).

"Holman'a göre kuvvet; bir direnç ile karşı karşıya kalan kasların kasılabilme ya da bu direnç karşısında belirli bir ölçüde dayanabilme yeteneğidir. Harre'ye göre kuvvet; belli bir direnci yenme ya da kas gerilimi ile karşılama yeteneğidir. Nett'e göre kuvvet; bir kasın gerilme ve gevşeme yolu ile bir dirence karşı koyma özelliğidir. Spor bilimi

açısından kuvvet; bir kaldıraç sistemi gibi düşünülen kemik ve kas yapısıyla oluşturulur. Kuvvet; kas kitlesi ile bu kas kitlesinin ortaya konduğu hızın bir bileşkesidir" (Doğan, 2013,Halk Oyunlarında…: 209).

"Topluca belirtmek gerekirse; kuvvet, sürat, dayanıklılık gibi temel motorik özelliklere, esneklik ve koordinasyon gibi yardımcı motorik özellikler ritim ve tempo ölçeğinde zorluk dereceli hareketlerin ve motiflerin sınıflandırılması ve derecelendirilmesinde temel kriterler olarak ortaya çıkarlar" (Erdem, 1999: 15).

"Motor gelişimin sporla ilgili safhası temel hareket safhasının bir uzantısıdır. Bu safhada hareket bir takım oyunlara, sporlara, danslara ve benzeri aktivitelere uygulanabilen bir araç rolünü alır. Bu periyottalokomotor, manipulatif ve stabilite becerileri rafine edilir, birleştirilir ve bu şekilde giderek artan aktivitelerde kullanılırlar" (Doğan, 2013,Halk Oyunlarında…: 208).

"Birçok yörenin oyunlarını arka arkaya, uzun zamanlı bir program içinde sunmak, oynayanlarda üst düzeyde kondisyonu gerektirmektedir. Yarışma ve gösterilere hızlı, zor hareketlerden oluşan oyunla girmenin tercih edilişi, sakatlıkları önleme yönünden oyuncuları ısınmaya zorlamaktadır. Beceriye dayalı ve zorluk derecesi yüksek olan hareketlerden oluşan halk oyunlarını aralıksız, belli bir sürede başarıyla sergilemek, oynayanlarda kondisyon azanmayı ve bu kondisyonu üst düzeyde tutmayı zorunlu kılmaktadır. Kuşkusuz bu durum; sporun bilimsel bilgi birikimine sahip ve ileri teknolojisinden yararlanabilecek nitelikte yetiştirilmiş uzmanlarca sağlanabilir" (Bostanlı, 2000: 41).

"İyi hazırlanacak bir ısınma programında nasıl bir faaliyet olduğunu düşünülerek hazırlık yapılmalıdır. Bedenin aktivitelerinde kondisyon, stretching ve tekniğine faydalı olabilecek bir ısınma programını hazırlanması faaliyeti daha verimli kılacaktır. Dolayısıyla bedenin inşasında egzersizlerin önemi büyüktür. Bu bağlamda Türk halk danslarını ele alacak olursak diğer disiplinlere göre farklı özellikleri ön plana çıkmaktadır. Bunun sebebi Türk halk danslarında görülen zenginlik ve çeşitliliktir. Halay, bar, zeybek, horon, hora vb. oyun oynama geleneklerinin her biri ayrı fizyolojik yetenek ve yeterlilikleri gerektirmektedir. Dolayısıyla egzersiz ve pratik aşamasında beden inşa edilirken her oynama geleneğine özgün yeni pratikler oluşturmak gerektiğini

düşünüyoruz. Buradan hareketle Türk halk dansları için pragmatik bakış açısıyla hazırlanacak bir ısınma programında, yöresel ritim kalıplarının, yörede kullanılan genel duruş pozisyonlarının ve yine yörede görülen karakteristik hareket motiflerinin öğrenciye ısınma esnasında ön bilgi olarak aktarılmasının, yapılacak öğretim öncesi fayda sağlayacağı görüşündeyiz" (Yılmaz ve Erdoğan, 2013: 166).

Günümüzde halk oyunları, insanların serbest zamanlarını değerlendirmek için yapılan rekreatif etkinlikler kapamında, özellikle şehirlerde yaşamakta olan çok geniş ve farklı özelliklere sahip kitlelere yönelik, sosyal bir uğraşı alanı ve şeklini almıştır. Ayrıca eğitim ve öğretim hayatında okul öncesinden başlayıp üniversiteye kadar olan tüm aşamalardaki eğitim kurumlarında bireyin sanatsal, kültürel ve sportif özellik, beceri ve değerleri kazanabilmesi adına, bir araç olarak halk oyunları kullanılmaktadır. Okullarda, kurum ve kuruluşlarda, vakıflarda, derneklerde yürütülen halk oyunları çalışmaları, bireyi kültürel açıdan etkilemesinin yanısıra, çalışma ve faaliyet zamanı dışındaki zamanını da etkilemesinden dolayı, halk oyunlarının sosyal yönünü de ön plana çıkmaktadır.

"Bu çalışmalara katılan kişiler, yaptıkları bütün alıştırmalar ile bedensağlıklarını korumayı, kendilerini geliştirmeyi, enerjilerini dengeli kullanabilmeyi öğrenmektedir. Öncelikle ruhsal ve düşünsel bir davranış tarzı olarak, cesaretli olma, kendine güven duyma, sürekli artan öğrenme alışkanlığı ve başarılı olma arzusu bencillikten kurtulma, arkadaşları ile işbirliğini kuvvetlendirme, sorumluluk duygusunu kazanabilme ve bunun içinde bulunduğu şartlara bağlı olarak geliştirebilme özelliklerini kazandırabilmesinden dolayı da halk oyunları oldukça önemlidir" (Ekmekçioğlu, Bekar ve Kaplan, 2001: 7).

Halk oyunlarının insan sağlığı üzerindeki olumlu etkileri ve sportif boyutu göz önüne alınarak, tüm eğitim düzeylerindeki halkoyunları derslerinin eğitim ve öğretim programları ile çalışmalarının antrenman biliminin ilkeleri doğrultusunda hazırlanması ve yürütülmesini sağlamak ciddi derecede önem taşımaktadır.

# BÖLÜM 2. TÜRK HALK OYUNLARININ KÜLTÜREL AÇIDAN İNCELENMESİ

Oyunun tarihi, ortaya çıkış zamanı, amacı gibi konuları araştırdığımızda insanlık tarihinin ilk dönemlerine kadar uzanan bir tarihi geçmişe sahip olduğunu görmekteyiz. Yani aslında oyun insanlığın yaşı ile aynı yaşa aittir. İnsanlık hangi süreçlerden geçmiş, evrilmiş ve günümüze kadar gelmişse oyun da aynı süreçlerden geçerek günümüze kadar ulaşmıştır.

Eski çağlardaki insanların yaşantıları; yaşamak için yemek, yemek için avlanmak, hayatta kalmak için savaşmak ve barınmaktan ibaretti. Yani günümüzdeki gibi kompleks bir yaşam tarzları bulunmamaktaydı. Günü yaşar, yarını pek de düşünmezlerdi. İletişim kurmak için ise düzenli bir dil kullanmadıkları, kısa kelime ve cümleleri tercih ettikleri bilinen bir gerçektir. Bunların yerine hareketleri, jest ve mimiklerini yani vücut dilini kullanırlardı. Kavrayamadıkları doğa olaylarına ise kutsal ve yüce oldukları inancıyla saygı duyarak inanç gereksinimlerini, şükran ve minnet duygularını, ibadet anlamında farklı hareketlerle ifade ederlerdi. Kısaca ilkel dönemlerdeki insanların yaşam çizgileri kendileri ile doğa arasında geçmekte idi.

İlkel toplumlarda dans bir ifade, konuşma, anlatma sanatıydı. Her olay ve olgu avlanmak ve evlenmek gibi törensel dansla ayin, ibadet gibi ifade edilmekteydi (Tuğsav, 2001: 121).

“Halk oyunlarının kökeni ilk insana kadar uzanır. Ava çıkmadan önce yapılan toplu dans, topluluğun güven duygusunu artırıyordu. Bu, ona avına karşı üstünlük duygusu veriyordu. Bu ilkel oyunlarda oyuncular ellerini çırparak, ayaklarını yere vurarak bir ahenk buluyordu. İlkel insanların topluluk halinde yaşaması ve kendilerini yöneten birtakım sihirli güçlere tapmaya başlaması ilk dansın doğuşuna neden oldu” (Artun, 2011: 99).

“Bu ilkel dönemlerinde insanlar doğa olaylarının neden – sonuç bağlantısını kuramadıkları için belli bir yaratıcı aramışlar; olayları somutlaştırmak, kişiselleştirmek eğiliminde olmuşlardı. O zaman algılayamadıkları, bir nedenle bağlayamadıkları

olguları, mistik kuvvetlerle açıklıyorlardı. Somutlaştırdıkları varlıklara, nesnelere karşı bir saygı duyuyorlardı. Biz buna kült diyoruz. Bu külte bağlı olarak da tapınmalar, dinsel tören ve büyüler geliştirmişler, bunları gelenekselleştirmişlerdi" (Su, 2000: 1).

İnsanlar daha ilk çağlarda avladıkları hayvanların postlarına bürünüp, hareketlerini taklit ederek, coşku ve zaferlerini, bireysel ya da toplu danslarla dile getirmişlerdir. Gök gürültüsü, şimşek çarpması, yıldırım düşmesi ve fırtına gibi doğa olaylarını "tanrının gazabı" ve "tanrı" olarak kabul ettikleri totemleri (ateşi, hayvanları) memnun etmek amacı ile dans etmişlerdir. Eski çağlardaki insan topluluklarının, kabilelerin bu olaylarla tanrılarının kendilerini cezalandırdığını sanıp, yine tanrılarına hoş görünmek için adaklar adayıp, minnet, şükran duygularını danslarla ifade ettiklerine ve böylece iç dünyalarının kötülüklerden arınacağına inandıklarını görüyoruz. Kimi zaman sağlıklı olmanın gereği için, kimi zaman tanrılarına karşı kulluk görevlerini, minnet duyguları yerine getirmek için, kimi zaman da yarar sağlayan doğa olaylarına sevinerek bu sevinçlerini danslarla dile getirmişlerdir (Keskin, 1988: 161).

"Oyun ilk insandan günümüze kadar bütün toplumlarda görülmektedir. Bu nedenle de, oyun ile hayatın her alanında içine alan ayin ve törenler her zaman bir yaptırım gücü olarak, iç içe günlük hayatın temelini oluşturmuşlardır. Batı Avrupalı foto bilimcileri, bazı halk oyunlarının menşeinin neolitik devre kadar çıkabilecek eski ritüel ayinleri sonuçları olduklarını tahmin etmektedirler. Bizim oyunlarımız arasında da böyle ifade edilebilen ancak arkaik değer ve karakter taşıyan oyunların mevcut olması pek muhtemeldir. Nitekim yontma taş çağı mağaralarında halay çeken insanların resimlerine rastlandığına göre; raksın; en azından konuşulan dil kadar eski olduğu inanışlar ve gündelik hayat meşgaleleriyle ilgili bulunduğu şüphesizdir" (Ekmekçioğlu, Bekar ve Kaplan, 2001: 15).

"Arkeologların buluntuları bize, bugün de oynanan ve yaygın olan oyunların çok eski çağlara uzandığını göstermektedir. Örneğin British Museum'da İ.Ö. 800 yılının pişmiş topraktan bir heykeli iki kızı aşıkla oynarken göstermektedir. Eski Mısır'da V. Sülale ya da Orta Krallık döneminden duvar resimleri, oyun tahtası üzerinde oynanan oyunları, sıçrama oyunlarını, kollabismos ve başka oyunları göstermektedir" (And, 1974: 31).

Birçok araştırmacı ve yazar Türk halk oyunlarının kaynağını dini tören, ayin ve buna bağlı olarak da büyüye dayandırmaktadırlar. Özellikle İslamiyet öncesindeki Gök Tanrı inancına ve buna bağlı olarak da şaman ayinlerine kadar götürmekte, özellikle de şamanın ayin esnasında yaptığı hareketleri halk oyunlarımızın başlangıcı, tarihi olarak değerlendirmektedirler.

"Oyun sözcüğünün çeşitli anlamları, düşünüldüğünde, bunların hemen pek çoğu şamanın büyüsel törenindeki çeşitli öğelerde içerildiği görülür. Şaman bu törende dans ediyor, ses ve çalgı müziğini yapıyor, yüz kaslarını kullanarak, karnından sesler çıkararak taklit ve dramatik öğeye başvuruyor ve şiir okuyordu. Böylece oyun sözcüğüyle tiyatro, dans ve türlü seyirlik oyunların kökeni şamanda ve onun eyleminde toplanmış oluyordu" (And, 1974: 25).

"Bütün eski bilim adamlarımızın incelemelerinde bu seromonilerin ve oyunların oynandığı zamanları ilmi bir gözle gördüğümüzde ve oyunları şaman dini bilgisi altında incelendiğinde görüyoruz ki bütün bunlar şaman ayinlerinin kalıntıların örf adet ve oyun olarak günümüze kadarki uzantılarıdır. Kazak Türklerinin Baksı Oyunu, At – Taban oyunu, Uygur oyunları, Azeri ve Kafkas oyunları, Mevlevi semaları, Alevi ve Bektaşi semahları birbirlerinin devamından başka bir şey değildir" (Babaoğlu, 1988: 50).

Doğu Türkistan Türkleri Yakutlar gibi erkek şamana (Oyun) derler. Yakutlar erkek şamana (Oyun), kadın şamana da (Udagan), Moğolcada erkek şamana (Bö) yahut (Böge) kadınlara da (Udagan) derler. Çuvaşlar kâhinlerine (Yum) derler. Kırgız – Kazaklarda şaman yerini tutan ve onun ödevlerini gören adama (Baksı) Kırgızlarda (Bakşı) denir. Türkler ve Moğollar şaman kelimesini bilmezler. 18. asırda Avrupalı âlimler (Şaman) terimlerini Rusların Kuzey Sibirya'da Tonguzlar'dan öğrendikleri kelimedir. Eski Türkçede şamana (Kam) denirdi, şaman ve baksı terimleri, şüphesiz yabancı kelimelerdir. Şaman (Kam), şamanist inançlara göre, tanrılar ve ruhlarla insanlar arasında aracılık yapma kudretine malik olan kişidir (Babaoğlu, 1988: 47). "Böylece oyun kelimesi ile tiyatro, dans ve her türlü seyirlik oyunların kökeni de Şaman ve şamanın yaptığı faaliyetlerde toplanıyordu" (And, 1974'den aktaran Sivrikaya, 2002: 3).

“Şamanın toplum içinde şair, besteci, şarkıcı, müzisyen, oyuncu olarak yer aldığı görülmekte veşamanın ruhlarla iletişim kurmasında en etkili yollardan birinin müzik ve dans olduğuanlaşılmaktadır. Birçok araştırmacı halk oyunları icralarının kökeni ve yaratımını kökenindedinsel ve büyüsel unsurları taşıması sebebiyle şamana ait icralara dayandığı görüşünüsavunmaktadır” (Ertural, 2012: 103).

Antropolog Tylor, kültür değinmeleri ve değişmelerini incelemede ipuçlarını verdiğini ilk anlayan olmuştur. Tylor’a göre, oyunlar uygarlığın Güney Doğu Asya’dan, Malatya – Polinezya üzerinden Yeni Zelenda’ya kadar uzandığını göstermektedir. Gene Tylor bizim bakımımızdan da önemli bir sonuç ortaya koymuştur. Buna göre oyunlar Asya’dan Kuzey Amerika kıtasına Bering Boğazı’ndan eskiden bulunan bir kara geçidi ile geçirilmiştir. Tylor’un bu hareket noktası daha sonra bilim adamlarınca geliştirilmiştir. Bizim bakımımızdan önemlidir, çünkü Asya, arada bir temel kaynak olmak üzere Türkiye’deki halk müziği, inançları, törenleri, el sanatları ile Kuzey Amerika yerlilerinki arasında büyük benzerlikler görülmektedir, özellikle şamanlık bakımımızdan önemlidir (And, 1974: 36-37).

Görüldüğü gibi oyun ve halk oyunları, başlangıcı itibarıyla dini ve büyüsel olayların, ritüellerin canlandırıldığı ortamlarda gerçekleşen icralar olarak tanımlanmaktadır.

Halk oyunlarımız özünde taşıdığı anlam ve özellikleri kaybetmesiyle “yeniden üretilme” ve “nakledilme” gibi süreçlerden geçerek günümüze kadar taşınmıştır. Zamanla ait olduğu sosyal çevrenin kültürel davranış özellikleri, eğlenme ve eğlendirme pratikleri ile sanat anlayışını yansıtan görsel ve estetik sunumlar haline bürünmüştür.

“Ortaya çıkışları hangi nedenlerle olursa olsun, sürekli tekrarlana tekrarlana tarihi süreci içerisinde geleneklere bağlı olarak gelişerek bugünkü yapısal formları oluşturan oyun ve müzik kültürü, diğer halk kültürleri ürünlerinde olduğu gibi etkileşim yollarına bağlı olarak sürekli değişim göstererek yayılırlar” (Sivrikaya, 2002: XXI).

“Halk oyunları ilk tespitindeki oynanış biçimi ile günümüzde çok ciddi değişimler geçirmiş ve geçirmektedir” (Çakır, 2017: 313). “Zaman içinde bu etkilenmelerin kaynakları, dansların doğuş anlamları, amaçları unutulmuş ama danslar günümüze değin ulaşabilmiştir. Anadolu’da da dans geleneğinin çok eskilere dayandığını, eski uygarlıkların resimlerinden, heykel ve duvar kabartmalarından anlıyoruz” (Su, 2000: 2).

Türk kültürünün en önemli öğelerinden biri olan Türk halk oyunları çok zengin bir yapıya sahiptir. Tarih boyunca karşılaştığımız, iletişim ve etkileşim içine girdiğimiz, farklı uygarlıklardan edindiğimiz bu bilgi birikimini kendi öz varlığımızla harmanlayarak günümüze kadar getirip aktarmamız, bu zengin yapının oluşmasında etkili olmuştur. Bu bakımdan Orta Asya'dan Anadolu'ya doğru yüzyıllar boyunca gerçekleşen Türk ilerleyişi esnasında başımızdan geçen olaylar, bu günkü Türk folklorunun oluşmasını sağlamıştır. Gelenek ve göreneklerimizin birçoğu halk oyunları vasıtası ile günümüze aktarılmış, yaşatılmış ve halen de yaşatılmaktadır. Bundan sonraki süreçte ise kültürel değerlerimizin gelecek nesillere aktarılmasında ve milli kültürümüzün yaygınlaşmasında yine halk oyunlarının önemli katkıları olacağı aşikârdır.

Türk halk oyunlarını şimdiye kadar birçok akademisyen, eğitimci, araştırmacı ve yazar incelemiş, tasnif etmiş ve çok değerli eserler ortaya koymuşlardır. Bu çalışmaların sonucunda da farklı görüşler ve tasnifler ortaya atmışlardır. Genel olarak bu tasnifler halk oyunlarının tür kapsamında incelenip incelenemeyeceği noktasında birleşmekte, bir kısmı tür kapsamında incelenemez demekle birlikte bir kısmı da tür kapsamında incelenebilir sonucuna varmaktadırlar.

Türk halk oyunlarını hareket, melodik ve ritmik özellikleri açısından incelediğimizde tür altında incelenmesinin daha doğru ve bilimsel olduğu bu güne kadar yapılan bilimsel çalışmalarla kanıtlanmıştır. Bu gerçekten yola çıkarak Türkiye ölçeğinde Türk halk oyunlarını 5 ana tür altında sınıflandırabilmekteyiz. Bu ana türler bar, halay, horon, karşılama ve zeybektir. Her ana tür de kendi altında alt türlere ayrılmaktadır.

Bazı illerimizde birden fazla ana türe ait oyunların oynandığını da görmekteyiz. Bunun çok çeşitli sebepleri vardır. Fakat bunların içerisinde en göze çarpan ve önem arz eden sebeplerden bir tanesi o illerimizin coğrafi konumlarının kültürel açıdan geçiş bölgelerinde bulunmasıdır. Bu durum o illerin oyun türlerini de etkilemiştir. Bir diğer önemli sebep ise göç unsurudur. Bazı illerimiz yine coğrafi konumları gereği iş imkânlarının fazla olması sebebi ile ciddi oranda göç almıştır. Bu açısından o illerdeki kültürel etkileşme ve aktarımın fazla olması, kültürel çeşitliliğe sebebiyet vermektedir. Bu durum oyun türlerini de etkilemektedir.

## 2.1 Bar Türü Halk Oyunlarının Genel Özellikleri

Eski kaynaklarda bar, barça, baru gibi farklı söylenişleri kullanılan bar kelimesi topluluk, birlik, birliktelik, beraberlik, el birliği, bağlamak, yuvarlak nesne, bir davul çeşidi, şaman davulu, davul tokmağı, şamanın davulla oynadığı oyun, dadaş oyunu gibi farklı anlamları ile karşımıza çıkmaktadır.

"Eski Batı Türkçesi'nde bayi, bağı, boyu kelimeleri vardır ki şiir; efsun anlamına gelen bu kelimelerin bizde büyü, buğu şeklinde söylenişleri mevcuttur. Asya'daki Raks anlamlı budi, bıy okunuşlu Türkçe kelimelerle aynıdır. Şaman davulunun sapına hatta kendisine Altayların kimi kabilelerinde bar denildiği gibi bar oyunlarında tutmak yardımcı fiili ile eş anlamlıdır. (Bar, barça, barı, harı) söylenişleri eski metin, lügat ve diyalektler de hep topluluk, birliktelik, el birliği anlamları ile kayıtlıdır. Bar denilen oyunlarımızda bir beraberliktir" (Gazimihal, 1991: 67-69).

"Bütün davul zurnalı Türk sıra oyunları gibi Erzurum'dakilerin de ana örnekleriyle Horasan tarafından ilk sahipleri elinde gelmişliğini en başta "aksak tartımlar" yüz yıllardır davul zurnalarla haykırıp durmuş, oyalı adımlar her inancı topraklara işleyip sindirerek mıhlamıştır. Bunların tümüne birden ister Bar de, ister Halay de, ister Alay, Yallı, Depki, Horan, Raks, Oyun yahut Türkçenin en alt tabakasında yatan Büyi'yi diriltebilerek öyle de, bunlardan her hangi birisi 'genel etiket'ten başka bir şey sayılmayacaktır. Hoşbilezik Oyunu desen de olur, Hoşbilezik Dansı desen de olur. Karslılar hoş bir yol tutmuşlar: Bar, Halay, Yallı, Oyun, Horan etiketlerinin hepsini kullanıyorlar. Esasen bar denilince sadece Sıra oyunu gibi inhisarlı (sınırlandırılmış) bir mana anlaşılmaz. Kelime, dans demektir. Erzurumlular raks dememek ve oyunun ikinci anlamlarındaki iltibasa (karışıklığa) meydan açmamak üzere Bar etiketini tercih ettiler. İlk fatihlerin bütün Türk dünyasındaki en eski göreneğe göre 'büyi' demiş oldukları pek tabiî idi. Anadolu'nun en eski Türkçe metinlerinde XVI. yüzyıla kadar bu tabir ve büğmek (raksetmek) fiili vardır" (http://ekitap.kulturturizm.gov.tr/TR,79173/erzurum-barlari.html 16.05.2018).

"Nitekim bar kelimesi, Altay dilinde Şamanın davulunun tutağına verilen addı ve bir insan biçimindeydi. Bugün bar Doğu Anadolu'da başlıca çalgısı davul olan oyunlara genel olarak verilen addır" (And, 1964: 11).

Bar kelimesini halk oyunları açısından incelediğimizde bir tür olarak karşımıza çıkmaktadır. Bar oyunları genel olarak Doğu Anadolu'da Erzurum, Erzincan, Kars, Ardahan, Iğdır, Ağrı; İç Anadolu'da Sivas; Orta Karadeniz'de Tokat; Doğu Karadeniz'de Gümüşhane, Bayburt ve Artvin illerinde oynanmaktadır. Genel izlenim olarak ve dış görünüş açısından, kullanılan sazlar, el tutuşları ve oyun formu ile halaylarla benzer özellikte olmasına karşın hareket yapıları, hareket kullanım teknikleri, kullanılan kaslar ve bu kasların yoğunluk oranları itibarı ile halaylardan çok farklıdır.

Konu itibariyle yiğitlik, kahramanlık, savaş, zafer gibi duyguları hem oyunların müzikal yapılarında hem hareketlerinde, hem de oyunlarda kullanılan araçlarda bulmak mümkündür.

Barlar açık bar ve kapalı bar diye tanımlanan iki formda oynanır. Kapalı barlarda oyuncular birbirine yakın oynarken açık barlarda oyuncular birbirinden biraz mesafeli olarak oynarlar.

Bar oyunları erkek ve kadın ayrı olarak oynanır. Bu nedenle "erkek barı" ve "kadın barı" diye cinsiyete göre de ayrılır. Kadın barları türkülü, erkek barları türkülü veya türküsüz olarak oynanır. Kadın barları kapalı alanlarda, erkek barları ise açık alanlarda icra edilir. Barlar tek kişi, iki kişi ve grup olarak oynanır.

Hareketler genel olarak sert ve kalçadan, dizlerden yapılarak pençe oynanmaktadır. Sertlik ve esnekliğin bir arada yapıldığı hareketleri barındırmaktadır. Eller bağlı veya serbest olarak oynanır. Bağlı oyunlarda eller parmaklardan tarak geçirilerek avuç içi birbiri ile temas edecek şekilde (bar tutuşu), parmaklar açık pozisyonda (kapatılmadan) kullanılır. Bar tutuşlu oyunlarda kollar düz olmak şartı ile eller yukarıda baş hizasında, göğüs hizasında önde, aşağıda yanda veya arkada kullanılır. Kolların dirseklerden bükük pozisyonda ve ellerin serçe parmaklardan tutularak kullanıldığı oyunlar da vardır. Kollar omuzlardan tutularak oynanan bar oyunları da vardır. Ellerin ve kolların serbest olarak kullanıldığı oyunları da görmek mümkündür.

Barlara genel olarak davul, zurna, mey, balaban, kaval, tulum, klarnet, akordeon, dümbelek, def, koltuk davulu gibi sazlar eşlik etmektedir.

### 2.1.1. Artvin Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Bar ve horon türü oyunların yoğun olarak görüldüğü bölgede Gürcü oyunları, Azeri oyunları ve halay türünde oyunlara da rastlanılmaktadır. Oyunlarda daire ve çizgi formları yoğun olarak kullanılır.

Artvin yöresi halk oyunları kadın, erkek ve karma olarak oynanır. Oyunlar türkülü ve türküsüz olarak icra edilmektedir. Eller bağlı veya serbest olarak kullanılır. Bağlı oyunlarda serçe parmaklardan tutularak kollar dirseklerden bükük, sabit, sağa sola dirseklerden çevirerek veya aşağıda sallanarak kullanılır. Eller avuç içinden parmakların tarak geçmeden kullanıldığı horon tutuşu veya bar tutuşu şekillerinde kullanılır. Horon veya bar tutuşlu oyunlarda kollar baş hizasında ve dirseklerden hafif bükük, aşağıda sallanarak kullanılır. Kollar omuzlardan, arkadan çapraz geçirilerek bellerden tutmalı olarak da kullanılır.

"Barlar, yörede insanların özellikle bar oyunlarıyla eğlenceye başlamaları, yavaştan hızlıya doğru ritmik değişmelerle insanların birlik ve beraberlik içerisinde dayanışmalarını ifade eder. Daire ya da yarım daire şeklinde ellerden veya omuzlardan tutularak oynanır. Genel olarak Merkez, Ardanuç, Şavşat ve Yusufeli'nde görülmektedir. Davul ve zurna ile oynanır" (Demirci, 2013: 9).

Artvin ilindeki kadın ve erkek kıyafetleri kendi gelenek, görenek, örf ve adetlerini yansıtmaktadır. Erkek giyimi görünüm olarak diğer Karadeniz bölgesindeki illerin kıyafetlerine benzesede kesim ve şekil olarak diğer illerden farklıdır. Özellikle bağlama tarzının aynı olmasına karşın başlığın şekli tamamen farklıdır.

Erkekler baş kısmında dolama, kabalak, kastol kullanırken bedende hâkim yaka gömlek, çoka (yelek) giyilir. Bacaklarda şal, şalvar, potur giyilirken ayakta çorap, tozluk, çapula, yemeni, çarık, çizme kullanılır. Takı ve aksesuar olarak köstek, hamayıl, muska, pazubent, kemer, fişeklik ve tütünlük kullanılır.

Kadınlar baş kısmında paralı fes, dantelli yazma, leçek (beyaz tülbent) kullanırken bedende göğüslük, içlik, gömlek, üç etek, şal, fistan, sıkma (yelek), cepken giyinilir. Bacaklarda şalvar, dizlik, kuşak, peştamal giyinilirken ayakta çorap, çapula, yemeni

kullanılır. Takı ve aksesuar olarak, gerdanlık, beşi bir yerde, paralı kemer, gümüş kemer kullanılır.

Erkek kıyafetlerinde motif bulunmamakla birlikte cepkenin yaka, kol kenarları, cepler, sırt kısmı ile şalvarın dış yanı sarı şeritlerle çevrilidir. Kadın kıyafet üzerinde üç eteğin yaka kenarında siyah zemin üzerine işlenmiş dörtgen motiflerinin ard arda sıralandığı kenar suyu görülmektedir. Üç eteğin alt kıyıları üçgen motifler ile çevrilidir. Önlüğün belini kemer biçiminde saran kolon geometrik motifler ile bezenerek dokunmuştur. Çoraplarda ise çiçek, dal, kuş motifleri ile çeşitli dokuma motifleri yer almaktadır.

Artvin barlarına genel olarak davul, zurna, bağlama, koltuk davulu, kaval eşlik etmektedir.

Oyunlar genel olarak 2, 4, 5 (2+3) (3+2), 6 (3+3) (4+2), 7 (2+2+3), 10 (2+3+3+2) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 1. Artvin Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

#### 2.1.1.1. Mendo Barı

Oyun adından da anlaşılacağı üzere bar karakterinde bir oyundur. Mendo Arnavutçada "düşünmek" anlamına gelmektedir. Mendo Türkiye Türkçesi Ağızları Sözlüğünde dış kabuğu soyularak özü yenilen, tadı ve kokusu güzel bir ot olarak geçmektedir.

Cemil Demirsipahi (1975: 213) Mendo barı için şunu söylemektedir: "Bar olarak anılan bu oyunda yiğitlik sergilendiğinden bu ad verilmiştir. Mendo bu yörede yiğitliği ile anılan ve tanınan bir kişidir."

Yavaş ve hızlı olmak üzere iki bölümlü bir oyundur. Oyun, aslen erkek oyunu olmakla beraber kızlı – erkekli karma olarak da oynanır. Oyun daha çok düğünlerde oynanmaktadır.

### 2.1.2. Erzurum Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

"Moğol ve Şamanlar tarafından kullanılan ilkel davula 'Bar' adı verildiğinden, Erzurum oyunlarında Şamanların büyü oyunlarındaki çalgının adını taşıdığı ileri sürülmüştür. Halka, oyuncuların sağ kollarına bağladıkları pazubantların birer muska olduğu ve oyunculara takılma zorunluluğunun bir şaman koşulu bulunduğu da bilinmektedir" (Demirsipahi, 1975: 205).

Yörede oynanan oyunlara genel olarak "bar" adı verilir ve bundan dolayı bar oyunları denildiğinde akla gelen ilk yöre Erzurum'dur. Bar türü oyunlar yoğun olarak görülmekle birlikte halay türünde oyunlara ve az da olsa yallı (Azerbaycan) oyunlarına da rastlanır. Erkeklerden oluşan grubun başında oynayan kişiye bar başı, yanındakine koltuk veya koltuk altı, son oyuncuya poççik ve diğerlerine ise kelle adı verilir.

Daire ve çizgi formlarının yoğun olarak kullanıldığı bölge oyunlarını kadın ve erkek ayrı olarak oynarlar. Oyunlar türkülü ve türküsüz olarak icra edilir. Eller genel olarak bağlı kullanılmakla beraber serbest olarak kullanılan oyunlar da vardır. Bağlı oyunlarda çoğunlukla eller avuç içleri birbirine temas edecek şekilde parmakların tarak geçerek kullanıldığı, bar ve halay tutuşu diye tabir edilen şekilde kullanılır. Bar tutuşunda eller baş hizasında, omuz hizasında veya aşağıda yanlarda ve dirseklerden bükmeden düz olarak kullanılır. Kollar omuzlardan, arkadan çapraz geçirilerek bellerden ve serçe parmaklardan tutularak da kullanılır.

“Totemizm’in folklor ve sanat üzerinde tesiri oldukça büyüktür. Bu etki Erzurum oyunlarından Tavuk Barı ve Turna Barı ile karşımıza çıkmaktadır. Orta Asya’dan başlayan göçler, savaşlar, kıtlık, deprem, sel felaketi gibi unsurların, Türklerin yaşayışında büyük etkisi olmuştur. Göç halinden kurtulup, yerleşik bir duruma geçen Türkler savaşlarda kahramanlıklar kazanmışlar, toprak sevgisi, vatan sevgisi üstünlük kazanmaya başlamış. Savaşlarda kahramanlık, mertlik, dürüstlük artık bir sembol haline gelmiştir. İşte bu mertlik ve kahramanlık bar oyunlarını da getirmiştir. Barların tetkikinden de anlaşılacağı üzere Totemizm’in etkisi dışındaki barlarda bu duyguları görmekteyiz” (http://www.erzurumkulturturizm.gov.tr/TR,178899/erzurum-barlari.html 16.05.2018).

“Erzurum’da bar oyunları Erkek ve Kadın Barları diye ikiye ayrılır. Erkek barlarında erkekler yiğitliği, mertliği, çevikliği, korkusuzluğu, dosta güven düşmana korkuyu ifade edercesine vakur ve kendinden emin olmayı sergilerken, Kadın barlarında kadınlar, zarafeti, asaleti, ağırbaşlılığı, olgunluğu sergilerler. Fakat kadın barlarımızda güfte mevcuttur. Zira kadın barları kapalı bir ortamda ve kadınlar arsında icra edildiklerinden ve erkek çalgıcıların söz konusu ortamda bulunmadığından kendi aralarında sesi güzel ve yetenekli kadınlar tarafından barlar güfte ile icra edilir. Söz konusu olan düğün, kına gecesi gibi özel bir durumsa, çalgıcılar aynı zamanda yöresel dış kıyafeti olarak da kullanılan ihramla çalgıcıların kadınların görülmeyeceği bir ortam sağlanır ve eğlence yörenin enstrümanlarından olan, zilli def ve mey – klarnet ile icra edilir.” (Doğan, 2011, Erzurum İli… :26).

Erzurum ili erkek kıyafetleri genel olarak bölge ile aynı özelliklere sahiptir. Bununla birlikte kadınlar simle Türk motifleri işlenmiş bindallı denilen giysileri ile bölgede farklılık göstermektedir.

Erkekler başta etrafı poşi ile çevrili tepesi düz bir fes giymekle beraber günümüzde genel olarak herhangi bir şey giymezler. Bedende yakası dik ve düğmeleri genellikle siyah olan düz beyaz gömlek, kenarları ve cep ağızları kaytanla işlenmiş yelek, kol etrafları, ön tarafı ve cep ağızları motifli kaytanla süslü gazeki denilen cepken ve belde kuşak giyinirler. Bacaklarda beli bol ve arkası torba şeklinde görünümü veren pileli zığva adı verilen şalvar giyilirken ayakta çorap ve çistik denilen yemeni giyinilir. Takı

ve aksesuar olarak bar başında ve poççikte mendil, zincirli köstek ve pazubent kullanılır.

Kadınlar baş kısmında leçek adı verilen, pullarla ve boncuklarla süslenmiş beyaz başörtüsü kullanırlar. Bedende üç etek veya kadife üzerine simle işlenmiş Türk motiflerinin yer aldığı, göğüs, boyun ve kol ağızlarının dantelle süslendiği; bele oturan ve tek parçadan oluşan bindallı giyilir. Üç etek ile cepken ve yelek giyilir. Üç etek giyiliyorsa şalvar giyilir, bele şal kuşak sarılır. Bindallı giyiliyor ise şalvar giyilmez. Bindallı ile dizleme denilen, diz kapağına kadar uzanan çorap ile ayakta pabuç denilen yumuşak yemeni giyilir. Takı ve aksesuar olarak belde gümüş kemer, boyunda beşi birlik, oltu taşı kolyeler, bilezik ve yüzük kullanılır. Erkeklerde olduğu gibi kadınlarda da mendil olmazsa olmaz aksesuarlardandır.

Erkek şalvarının dış ve iç yan kenarları siyah renkli kordon ip ile işlenmiştir. Yeleğin yaka ve ön kısmı düz siyah kordon ip ile cep kısmı ise üçgen şeklinde gelen kordon ip ile bezelidir. Kadın kıyafetinde ise bindallı sarı renkli simli kordon ile çiçek, lale, yaprak, dal, kıvrık dal gibi çeşitli bitki motiflerinin bir arada kullanıldığı bir kompozisyon ile bezelidir. Benzer motifler bindallının kol ve etek kısmında da görülmektedir.

Oyunlara genel olarak davul, zurna, balaban, mey, klarnet, def, zilli def, bağlama, kaval eşlik etmektedir.

Oyunlar genel olarak 2, 4, 5 (2+3), 6 (3+3) (4+2), 9 (3+2+2+2) (2+3+2+2) (2+2+2+3), 10 (2+3+3+2) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 2. Erzurum Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.1.2.1 Başbar

Birinci Bar veya Sarhoş Barı olarak da anılan Başbar oyunu kapalı barlardan olup sadece erkekler tarafından oynanır. Özellikle düğünlerde oyun oynanmaya başlandığında ilk önce bu oyunla başlanır. Çizgi ve daire formunda oynanan başbar oyunu yavaş ve hızlı olmak üzere iki bölümden oluşur. Oyuna başlamadan önce uzun hava eşliğinde bar şiiri okunur ve daha sonra oyuna başlanılır. Hareketleri meydan okuma, yiğitlik, mertlik ifade etmektedir.

### 2.1.2.2. Dello

Dello veya delloy denilen oyun kapalı ve açık bar formunda oynanır. Halay tutuşu ile başlayan oyunda daha sonra eller serbest olarak kullanılır. Başlangıçta halay formu ile başlayıp hızlı kısmında bar formu ile devam eder. Daha çok düğünlerde erkekler tarafından oynanan dello diğer barlara nazaran fazla oynanmamaktadır.

### 2.1.2.3. İkincibar

Dikine veya Tikine adı da verilen İkincibar oyunu adından da anlaşılacağı gibi genellikle başbar oyunundan sonra ikinci oyun olarak oynanır. Kapalı barlardan olan oyun, erkek oyunu olup yavaş ve hızlı olmak üzere iki bölümlüdür. Eller halay tuşlu başlamasına rağmen hareketler bar tarzındadır. Öne ve geriye mesafe alarak başlayan

oyun daha sonra dairenin gidiş istikametinde devam eder ve bu kısımda eller bar tutuşlu olarak kullanılır.

#### 2.1.2.4 Kavak

Kavak oyunu kadın barlarından olup sözlü olarak icra edilir. İki bölümden oluşan oyunun ilk bölümü yavaş olup eller serçe parmaklardan tutularak oynanır. Sözler yavaş bölümde söylenir. Hızlı bölümde ise kollar omuzlardan tutulur ve sözsüz olarak icra edilir.

### 2.1.3. Tokat Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Coğrafi konum olarak İç Anadolu ile Karadeniz bölgelerinin kesiştiği bölgede yer alan Tokat, bu özelliğinden dolayı tarih boyunca bir cazibe merkezi olmuştur. Bu yüzden çok çeşitli kültür özelliklerine sahip olan bölgede yoğun olarak halay türü oyunlar oynanmaktadır. Bununla birlikte bar, horon ve az da olsa karşılama türü oyunların yanı sıra Çerkez ve Azeri oyunlarına da rastlanmaktadır.

Tokat'ta oynanan bar oyunlarının çoğu halay formunda başlayıp ikinci veya üçüncü bölümde bar karakterini almaktadır. Daire veya çizgi formunda oynanan bar oyunları türküsüz olup sadece erkekler tarafından oynanırlar. Oyunlar genel olarak yavaş bir tempoda başlayıp gittikçe hızlanan bir tempoda son bulur. Eller bağlı veya serbest olarak kullanılabilir. Eller horon oyunlarında horon tutuşlu ve bar oyunlarında ise serçe parmaklardan, omuzlardan ve bar tutuşlu olarak kullanılır.

Bölgede farklı kültürlerin bir arada olması giyim kuşamda da kendini göstermektedir. Çeşitli erkek kıyafetlerinin giyildiği yörede giyilen kıyafetlerden bir tanesi beyaz cepkenli kıyafettir. Erkekler başta terlik veya fes denilen başlığı kullanırken bedende beyaz üzerine baskı tekniğiyle desenlerin uygulandığı hâkim yaka gömlek ve cepken giyinirken belde şal kuşak kullanılır. Bacakta zıvga denilen arka kısmının potu az olan bir şalvar giyilirken ayakta ucu püsküllü ve diz kapağına kadar uzanan beyaz veya alaca çorap ile ipli çarık veya yemeni giyinilir. Takı ve aksesuar olarak köstekli zincir ve iki yandan diz kapağına kadar uzanan püsküllü kaytan kullanılır. Başta oynayanın elinde kırmızı ve kenarları pullu bir mendil bulunur. Bu mendil aslında daha büyüktür ve damadın kim olduğunun belli olması için kullanılırdı. Damadın boynuna veya beline

sarılan kırmızı poşi zamanla küçülerek başta oynayanın kullandığı mendil halini almıştır.

Çok çeşitli kadın giyiminin olduğu yörede genellikle etamin üzerine işlemeli Türkmen kıyafeti, kutnu kumaştan yapılmış üç etek ve bindallı giyilir. Etamin işlemeli Türkmen giyimi ile kutnu kumaştan yapılan üç etek yaygın olarak kullanılırken bindallıyı şehirde, zenginler giyerler. Kadife veya atlas kumaş üzerine gümüş telle işlenmiş, belden yukarısı dar ve alt kısmı geniş olan bindallıya özellikle köyde veya maddi durumu iyi olmayan kesimlerde rastlamak mümkün değildir. Bele takılan gümüş kemer bu kıyafetin bir aksesuarıdır ve bindallı ile ayakta yemeni giyilir.

Etamin üzerine işlemeli Türkmen kıyafetinde kadınlar başta alın kısımları gümüş veya altın sıralanmış semerli fes, üzerinde elmalı yazma, findi veya çit kullanırlar. Bedende içlik, göğüslük, üç etek, dış saya ve önde önlük kullanılır. Bacakta paçaları etamin işlemeli şalvar ve etek vazifesini gören iç saya giyinilirken ayakta beyaz çorap, alaca çorap, aynalı çarık, ipli çarık veya yemeni giyinilir. Takı ve aksesuar olarak boyunda kolye, arkada boncuklu bel bağı ile ve püskülü bel bağı, belde yan tarafta tuzluk, boyunda ise kese kullanılır.

Erkek başlığı birbiri içerisine geçmiş geometrik geçmelerle dolgulandırılmış olup renkli ponpon ve boncuklarla süslenmiştir. Gömleğin yaka ve kol kenarları siyah sutaşı ile çevrelenmiştir. Cepkenin yaka ile kol kenarları pıtrak ve zigzag motiflerle işlenmiş oluş renkli küçük ponponlarla süslenmiştir. Kadın üç eteğinin kol kenarları, pazu ve omuz bölgesi testere biçimli üçgen, dörtgen, kaydırmalı su, hamaylı gibi çeşitli motiflerle bezelidir. Dokuma önlük üzerinde pıtrak ve zigzag motifleri karşılıklı olarak yerleştirilmiştir. İçlikte damalı motiflerle bezenmiştir. Dış sayanın etek kenarları geometrik bordürlerle çevrelenmiş olup arka kısım tamamen birbiri içerisine geçmiş geometrik geçmelerle dolgulanmıştır. Şalvarın paça kısımlarında yine geometrik şekillerden oluşan işlemeler bulunmaktadır. Önlük dokuma üzerine sarkıtmalı boncuk ve pullarla süslenmiş olup kenarları renkli ponponlarla süslenmiştir. Alaca çoraplar üzerinde geometrik motifler yer alır.

Oyunlara genel olarak davul, zurna, horlatmalı kaval, mey, bağlama, kemençe, keman, kabak kemane, def eşlik eder.

Oyunlar genel olarak 2, 3, 4, 5 (2+3) (3+2), 6 (3+3) (4+2) (2+4), 7 (3+2+2) (2+2+3), 9 (2+2+2+3), 10 (3+2+2+3) (2+4+4) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 3. Tokat Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.1.3.1. Daldalan

Erkekler tarafından genelde düğünlerde oynanmaktadır. Farklı illerde aynı isim ile oynanan oyuna veya türküsüne rastlanılmaktadır. Fakat yörede oynanan daldalan oyunu sözsüzdür. Ağırlama ve hoplatma olarak iki bölümden oluşmaktadır. Eller serçe parmaklardan tutularak oynanır. Her iki bölümün de ayak ve kol hareketleri aynı olup sadece metronom değişmektedir.

## 2.2. Halay Türü Halk Oyunlarının Genel Özellikleri

Alay, aley, haley gibi farklı terimlerle kullanılan halayın kelime anlamı birlik, beraberlik, topluluk demektir. TDK halayı; "Anadolu'nun çeşitli bölgelerinde genellikle davul ve zurna eşliğinde toplu olarak oynanan bir halk oyunu" olarak tanımlamaktadır.

"Halay sözcüğünün anlamı üzerindeki görüşler sıralanırsa, kalabalık, insan topluluğu anlamına gelen Alay'dan gelen bir sözcük. Aley'ler, Buley'ler deyimindeki buley sözcüğü de topluluk, taife anlamında kullanılmaktadır. Türkmenlerde ve Orhon yazıtlarında Ulayı – Ulayu sözcüğü devamlılık, süreklilik anlamına kullanılan bir sözcüktür" (Demirsipahi, 1975: 229-230).

Şerif Baykurt'un halay tanımını Demirsipahi (1975: 230) şu şekilde aktarmaktadır: "Halay veya alay Ortaanadolu ile Güneyanadolu (Çorum, Sivas – Malatya) bölgelerimizde toplu düz dizi halinde ve disiplinli bir şekilde oynanan oyunların tümüne birden denir."

"Halay bağımlı bir oyundur… Hareketler yumuşak ve yaylanmalıdır. Vücudun en ağırlıklı hareket bölgesi diz ve dizden aşağısıdır. El çırpma ve omuz titretme görülür. Oyunlarda sıçrama, zıplama, sekme ve çökme ile dönme adım cümleleri yer almaktadır… Halay ezgilerinin ritmik yapısı ağırdan hızlıya doğru bir hareket gösterir. Halay sözlü ve sözsüz olmak üzere iki şekilde görülür (Bostanlı, 2000: 46).

"Halay yada Alay oyunları, kendilerine özgü bir kuruluşa sahiptir. Şiir, hareket, soyluluk, tavır, metrik sistem, müzik ve dans formu ve tekniği yönlerinden birbirine zıt, ayrı, fakat tonal yönden birbirine bağlı birkaç oyun süit halinde ve birlik içinde değişikliği ifade eden bir şekil gösterir" (Ataman, 1975: 25).

"Halay, aley, halay çekmek bu bölgede daha çok kol kola verip dans etmek anlamına gelir, dans etmenin genel karşılığıdır" (And, 1964: 46).

Genel olarak halayların 2, 3 ve 4 bölümlü olduğu söylense de tek bölümlü ve 5 bölümlü halaylar da vardır. İki veya daha fazla bölümden oluşan halaylar genel olarak yavaş başlayıp hızlıya doğru bir gidiş sergiler. Bölümler yavaştan hızlıya doğru gidildikçe ağırlama, yanlama, kaldırma, yelleme, yeldirme, hoplatma gibi isimler almaktadır. Her bölümün melodisi ve ritmik yapısı genel olarak farklıdır.

Halay türü oyunlar kadın, erkek ve karma olarak icra edilir. Kadın oyunlarının tamamına yakını türkülü, erkek oyunları ise türkülü veya türküsüz olarak oynanır. Türküler tek kişi tarafından, karşılıklı atışma, deme – çevirme şeklinde icra edilir. Halaylara genellikle davul, zurna, mey, zambır, rebap, kabak kemane, bağlama, kaval, klarnet, darbuka, dümbelek, koltuk davulu, arbani ve def sazları eşlik eder. Bunların yanı sıra sazsız olarak sadece sözle icra edilen halaylar da bulunmaktadır. Tek kişi, iki kişi ya da grupla oynanırlar. Tek kişi veya iki kişinin oynadığı halaylarda arkada aktif olarak oyun oynayan veya pasif şekilde oyuna devam eden oyuncuların olması gerekmektedir. Arkadaki grup pasif olduğunda sabit olarak ayakta ya da oturarak bekleyen, genelde elle tempo tutan oyuncuların bulunması gerekmektedir. Yani tek kişi

veya iki kişi oynandığında aktif veya pasif oyuncular da dikkate alındığında yine grup, birliktelik olgusu halayların ayrılmaz bir parçası olduğu ortaya çıkar.

Halay türü oyunlar Türkiye coğrafyasında çok geniş bir bölgede oynanmaktadır. İç Anadolu, Orta Karadeniz, Doğu Akdeniz, Doğu Anadolu ve Güneydoğu Anadolu Bölgelerinde halaylara rastlamaktayız. Halayların bu kadar yaygın bir bölgede oynanması gerek diğer türlerle etkilenmiş olması, gerek farklı etnik yapıdaki kültürlerle etkilenmiş olması sebebiyle icrada farklılıklara da neden olmuştur. Bu yüzden halayları hareket yapıları, müzikal yapıları ve hareket kullanım teknikleri açısından incelediğimizde kendi içinde üç farklı özelliğe sahip olduğunu görmekteyiz. Bu açıdan halayları Orta Anadolu Halayları, Doğu Anadolu Halayları ve Güneydoğu Anadolu Halayları olarak sınıflandırmanın ve incelemenin doğru olacağı düşüncesindeyiz.

Orta Anadolu halayları İç Anadolu ile Orta Karadeniz bölgelerinde oynanan halayları kapsamaktadır. İç Anadolu'da Kırıkkale, Kırşehir, Konya, Karaman, Niğde, Nevşehir, Kayseri, Yozgat ve Sivas illeri ile Orta Karadeniz'de Çorum, Amasya, Samsun, Tokat, Gümüşhane ve Bayburt illerinde oynanmaktadır. Orta Anadolu halaylarında genel olarak hareketler estetik ve yumuşaktır. Ağırlama ve yanlama bölümleri tabanda, kaldırma, yelleme, yeldirme, hoplatma bölümleri ise pençede oynanır. Ekipten her hangi bir kişinin solosu yoktur. Eller serbest, küçük parmaklardan tutularak, omuzlardan tutularak ve halay tutuşlu olarak kullanılır. Eller serbestken kol kullanımı semah kol kullanımı gibi estetiktir. Oyunlarda bölümler ve melodik yapı zengindir. Hemen her bölümün melodisi ve ritmi farklıdır.

Doğu Anadolu halayları bölgede yer alan illerin tamamında oynanmaktadır. Genel olarak hareketler tabanda, sert yapılırken dizlerden esnenerek oynanır ve omuzlar aşağı – yukarı sallanarak kullanılır. Ekip başı ve sonu solo yapabilirler. Sololar tek başına veya eşli olarak yapılabileceği gibi davulcu veya zurnacı ile de yapılabilinir. Kars çevresinde oynanan halaylarda yallı özellikleri ön plana çıkmaktadır. Eller serbest, küçük parmaklardan, omuzlardan, belden tutarak ve halay tutuşlu olarak kullanılır. Eller serbestken kollar sertçe sallanarak kullanılır. Oyunlar genelde tek veya iki bölümlüdür. İkinci bölümün melodisi değişmeyebilir fakat ritmik yapısı farklılık gösterir.

Güneydoğu Anadolu halayları bölgedeki illerin tamamı ile Doğu Akdeniz Bölgesinde Kahramanmaraş, Osmaniye, Kilis, Hatay, Adana ve Mersin illerinde oynanmaktadır.

Genel olarak ağır bölümlerin hareketleri tabanda, yanlama bölümünün hareketleri ise pençede ve dizlerden esnemeli yapılır. Omuzlar öne – geriye ve yukarı – aşağı sallanılarak kullanılır. Ekip başı ve sonu solo yapabilir, sololar tek başına veya eşli olarak yapılabileceği gibi davulcu ve zurnacı ile de yapılabilinir. Eller serbest, küçük parmaklardan, omuzlardan, halay tutuşlu, önden ve belden tutarak kullanılır. Eller serbest iken kollar yumuşakça sallanarak kullanılır. Oyunlar tek, iki veya üç bölümlüdür. Bölümler arasında melodi ve ritmik yapı farklılık gösterir.

### 2.2.1. Adıyaman Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Coğrafi olarak Güney Doğu Anadolu bölgesinde olmasına rağmen oyunlarının yapı ve özellikleri itibariyle Doğu Anadolu halaylarının özelliklerini bünyesinde barındıran Adıyaman'da sadece halay türü oyunlar oynanmaktadır. Oyunlar kadın, erkek veya karma olarak icra edilir. Genel olarak sözün oyunlara eşlik ettiği çok fazla görülmez. Bununla birlikte uzun hava eşliğinde oynanan oyunlar da bulunmaktadır.

Oyunlar çizgi veya daire formunda icra edilir. Erkek oyunlarında eller halay tutuşlu veya serbest olarak kullanılır. Kadın oyunlarında ise kol kullanımı halay tutuşlu, yandaki oyuncular ile bellerden tutularak ya da eller serbest olarak kullanılır. Oyunlar tek veya iki bölümlü olarak icra edilmektedir. Ekip başı ve sonu soloya çıkıp karşılıklı, tek başlarına veya davul ile oynayabilir. Oyunlarda erkekler omuzlarını aşağı – yukarı sallayarak kullanırken kadınlarda omuz sallama görülmez.

Erkekler başta etrafı çit ile sarılı külah veya terlik kullanırlar. Bedende hâkim yaka, beyaz bir gömlek, kırk düğme adı verilen yelek giyinilir. Bacakta ağı diz kapaklarına kadar inen şalvar giyilirken belde Trablus kuşak kullanılır. Ayakta beyaz veya alaca çorap ile çarık veya yemeni giyilir. Takı ve aksesuar olarak kösteki zincir, hamayıl, muska ve aba kullanılır.

Kadınlar başta üzeri sırmalı puşu ile sarılmış ve tepesinde gümüş bir tepelik (penez) bulunan fes kullanırlar. Fesin üzerinden kullanılan beyaz örtü ile boyun ve gerdan kapatılır. Bedende iç köynek (gras), işlik, üç etek, cepken (kuttik) giyilirken bacakta şalvar (derpe), önde önlük ve belde acem kuşağı kullanılır. Ayakta ise beyaz veya alaca çorap ile yemeni veya çarık giyilir. Takı ve aksesuar olarak çeşitli kolyeler, bilezik ve saç örgüsü kullanılır.

Erkek kırk düğmenin ön kısmında kordon ip kullanılmıştır. Kadın kıyafeti üzerinde sadece önlük üzerine yapılmış çeşitli geometrik şekillerden oluşan el baskısı motifler bulunmaktadır.

Oyunlara genel olarak davul ve zurna eşlik etmekte olup az da olsa bağlama, kaval, mey ve def eşlik eder.

Oyunlar genel olarak 2, 3, 4, 6 (3+3) (4+2) (2+4) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 4. AdıyamanYöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.2.1.1. Dik Halay

Halay veya Goftan olarak da bilinen Dik Halay oyunu erkekler tarafından oynanan tek bölümlü bir oyundur. Çizgi formunda öne – geriye doğru oynanan oyunda eller halay tutuşlu olarak kullanılır. Anlatılanlara göre genç bir kız tanımadığı, adını bile bilmediği, kaftan giymiş bir erkeğe âşık olur ve arkasından türkü yakar. Kaftan ismi zamanla goftan halini alır. Türkü zamanla oyun olarak oynanmaya başlar. Aslen sözlü olan oyun şimdilerde sözsüz olarak icra edilmektedir.

### 2.2.1.2. Tırgi

Tek bölümlü oyunlardan olan Tırgi oyununu kadın ve erkekler birlikte oynarlar. Çizgi formunda öne – geri oynanan oyunda eller halay tutuşlu ve küçük parmaklardan tutularak kullanılır. Anlatılanlara göre Kâhta'da Tırgey isminde bir kız vardır. Tırgey gelin olur ve giderken derede attan iner ve düğün konvoyundan izin isteyip diğer tarafa

doğru gider. Bir müddet sonra geri dönmeyen Tırgey'i aramaya gidenler dere kenarında secde etmiş şekilde ölmüş olarak bulurlar. Bunun üzerine ağıtlar yakılır ve ağıt zamanla türküye, türkü ise oyuna dönüşür. Aslen sözlü olan oyun günümüzde sözsüz olarak icra edilmektedir.

### 2.2.2. Diyarbakır Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Güney Doğu Anadolu bölgesi halaylarının oynandığı ilde sadece halay türü oyunlar oynanmaktadır. Kadın ve erkeğin ayrı olarak oynanan oyunların çoğu türkülü olmakla beraber türküsüz oyunlara da rastlanmaktadır. Özellikle karşılıklı atışma, deme – çevirme şeklinde söylenen türkülerin çoğu günümüzde kullanılmamaktadır. Oyunlarda ve türkülerde coşku, sevinç, üzüntü, hasret, savaş, kavga, mertlik ve yiğitlik temaları işlenmiştir. Oyunlar düğünlerin yanı sıra bayram ve özel günlerde, şehir merkezinde, büyük gruplar halinde oynanır. Oyunların çoğunun tek melodisi yoktur. Yani çok çeşitli melodilerle ve türkülerle aynı oyun oynanabilir.

Daire ve çizgi formlarının kullanıldığı oyunlarda eller genel olarak halay tutuşlu, serçe parmaklardan, omuzlardan tutularak veya serbest olarak kullanılır. Oyunlar genellikle tek bölümlü olup ekip başı ve sonu soloya çıkarak oynayabilir. Sololar tek başlarına yapılabildiği gibi karşılıklı veya davul – zurna ile oynanabilir. Oyunlarda erkekler omuzlarını aşağı – yukarı sallayarak kullanırken kadınlarda omuz sallama görülmez.

Erkekler başta puşi sarılı keçe külah kullanırken bedende tek renk çizgili veya çok renkli (hafti renk) gömlek ve yelek giyinirler. Bacakta ağı diz kapağına kadar inen ve paçası dar kesimli şalvar giyilirken belde şal kuşak kullanılır. Ayakta beyaz çorap ile yemeni veya kundura ayakkabı giyilir. Takı ve aksesuar olarak zincirli köstek, saat, tütünlük, hamayıl, muska ve pazubent kullanılır.

Kadınlar başta beyaz bir tülbentin üzerine etrafı renkli poşi ile çevrili ve üstünde gümüş tepeliği olan kofi, fes kullanırken beyaz tülbent tek başına da kullanılabilir. Bedende içliğin üzerine fistan veya üç etek giyinilip üzerine kotik denilen cepken giyilir. Bacakta şalvar giyilirken önde önlük ve belde kemer veya ağabani denilen kuşak kullanılır. Ayakta beyaz çorap ile yemeni veya kundura ayakkabı giyilir. Takı ve aksesuar olarak kolye çeşitleri, küpe, fese takılan şırrık, hızma, hamayıl, muska, bilezik ve halhal kullanılır.

Erkek kıyafetinde motif yoktur. Kadın fistan ve üç eteği pullarla ve bocuklarla çeşitli çiçek, dal, yaprak gibi bitkisel motifler ile işlenmiştir.

Genel olarak oyunlara davul, zurna, mey, balaban, kaval, bağlama, kanun, keman, kabak kemane, rebap, darbuka, def, arbani eşlik eder.

Oyunlar genel olarak 2, 3, 4, 5 (2+3), 6 (3+3) (4+2) (2+4) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 5. Diyarbakır Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

#### 2.2.2.1. Halay

Govend adı da verilen oyunu sadece erkekler oynar. Kadınların oynadığı halay ile karıştırılmamalıdır. Düğünlerde, eğlencelerde, bayramlarda ve özel günlerde Delilo oyunundan sonra oynanan bir oyundur ve katılanların büyük coşkusu ile oynanır. Aslen sözlü bir oyun olmasına karşın günümüzde sözsüz olarak oynanmaktadır. Çok çeşitli melodisi ve sözleri vardır. Her ekip başına göre farklı melodi ile oynanması en belirgin özelliğidir. Sözler sevgi, sevinç ve coşku içeriklidir.

### 2.2.3. Gaziantep Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Güney Doğu Anadolu bölgesi halaylarının yer aldığı Gaziantep yöresi oyunları çok bölümlü olup melodik olarak da zengindir. Oyunların melodik özellikleri ve hareket

yapıları itibarı ile Tokat bölgesi halayları ile benzerlik göstermektedir. Bunun en büyük sebebi her iki bölgede de Türkmen ve Yörük Türklerinin yoğun olarak yaşamasıdır.

Oyunlar kadın, erkek veya karma olarak oynanır. Çoğu oyun türkülü olup tek, iki veya üç bölümden oluşurlar. Her bölümün melodisi ve ritmik yapısı farklıdır. Zurna eşliğinde barak ağzı ile okunan türkü eşliğinde oynanan oyunlara sık rastlanır. Yöre oyunları bölgede gruplar halinde isimlendirilmiş ve bu gruplara göre de oynanmaktadır. Oyunlar kabalar, düzler ve şirvaniler, galatalar ve sallamalar, seçmeli ve türkülü oyunlar sırası ile icra edilir. Leylim halayları denilen oyunları kadınlar kapalı mekânlarda oynarlar. Leylimlere davul zurna eşlik etmez, ince sazlarla ve sözlü olarak oynanırlar. Sadece sözle, sazsız olarak oynanan oyunlara da rastlanılır.

Daire ve çizgi formlarının kullanıldığı oyunlarda eller halay tutuşlu, serçe parmaklardan, omuzlardan, önden çapraz tutuşlu, arkadan çapraz belden tutularak ve serbest olarak kullanılır. Genel olarak ağırdan başlayıp hızlanarak devam eden oyunlarda solo hareketler kullanılır. Ekip başı, yanındaki oyuncu ile aralarında mendil ile tutuşarak da solo hareketler yapabilmektedir.

Erkekler başta sırmalı puşi sarılı terlik giyerler. Bedende düz veya çizgili hâkim yaka gömlek, alpaka veya çuha kumaştan işlemeli aba – cepken ve belde şal kuşak kullanılır. Bacakta ağı kaval kemiklerine kadar inen şalvar ve ayakta ise beyaz çorap ile kırmızı tonda yemeni giyilir. Takı ve aksesuar olarak heybe veya tütün kesesi kullanılırken baştaki oyuncunun elinde uzun mendil olmazsa olmazlardandır.

Kadınlar başta tepelikli fes kullanırken fesin alın kısmında ve yanlarından sarkan ve sarkıtma denilen altın veya gümüş süslemeleri bulunur. Fesin etrafı puşi işe sarılı olup çeşitli tüy ve çiçeklerle süslüdür. Bedende gömlek, jarse zubun ve kadife üç etek giyilirken belde savatli denilen kemer ve önde önlük kullanılır. Bacakta şalvar ve ayakta ise beyaz çorap ile kırmızımsı yemeni giyinilir.

Erkek aba – cepkeninde kutnu kumaş dokuması sırasında yapılmış lale motifleri yer alır. Kadın üç eteği çiçek, dal, yaprak gibi kendinden bitkisel bezemelidir. Önlük üzerinde pullarla işlenmiş bitkisel motifler yer almaktadır.

Genel olarak oyunlara davul, zurna, mey, balaban, sipsi, zambır, kaval, düdük, bağlama, darbuka, def, kabak kemane, rebap eşlik eder.

Oyunlar genel olarak 2, 4, 6 (3+3) (4+2) (2+4), 8 (4+4) (2+4+2) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 6. Gaziantep Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.2.3.1. Havarişko

Çibikli Halayı olarak da bilinen Havarişko oyunu farklı ezgilerle oynanan erkek oyunudur. Hasatı anlatan oyun iki bölümlü olup yerinde ve daire formunda oynanır. Birinci bölüm ağır ve ikinci bölüm hızlıdır. Oyunda eller serbest olarak belde, önde çevirerek ve el vurarak kullanılır.

### 2.2.3.2. Kaba Hava

Erkeklerin oynadığı oyun kümesinin de adını taşıyan Kaba Havalar kendi içerisinde Tüm Kaba ve Yarım Kaba olarak iki gruba ayrılır. Genel olarak yaşlıların oynadığı Kaba Hava oyunu başlamadan zurnanın uzun havası ile gezinleme denilen bölüm yapılır. Halay başı, yanındaki oyuncu ile tuttuğu mendilin (poşi) altından geçerek oyuna başlar. Düğünlerde ilk oyun olarak oynanan kabalarda hareketler yavaş ve bireyseldir. Türkülü olup ağır başlılığı, mertliği, kendini beğenmişliği ifade etmektedir.

#### 2.2.3.3. Mani

Seçmeli ve türkülü oyunlar kümesindedir, Leylim halayları da denilir. Kapalı alan oyunu olan maniyi kadınlar oynarlar ve türkülü oyunlardandır.

#### 2.2.3.4. Pekmez

"Kadın halayları içinde yer alan 'Pekmez' oyunu; pekmez yapımını anlatmaktadır. Üzümün pekmez haline getirilmesi için köylüler imece usulü ile birbirlerine yardım ederler. Bu süre içerisinde köyün davul zurnacısı pekmezin yapıldığı meydana davet edilir ve onlara da yapılan pekmezden ikram edilir. Köylüler üzümleri meydanda davul zurna eşliğinde, şenlik içerisinde tepelerler" (Ertural, 2005: 74-75). Davul zurna eşliğinde yapılan pekmez, zamanla oyun haline dönüşerek aynı isimli oyun ortaya çıkmış olur.

#### 2.2.3.5. Susam

Susam oyunu Leylim halayları da denilen seçmeli ve türkülü oyunlar kümesindedir. Kapalı alan oyunu olan Susam, aslen kadın oyunu olup türkülüdür.

#### 2.2.3.6. Zennube

Kadın oyunu olan Zennube oyunu türkülü oyunlarımızdandır. Oyun ismini rivayete göre adı Zeynep olan bir kızdan almıştır. "Zennube, güzelliği, endamı ve hareketleriyle çevrede nam salmıştır. Yöre halkının beğenisini kazanan Zennube'nin güzelliği ve davranışları zamanla oyunlaşmıştır" (Ertural, 2005: 74).

### 2.2.4. Tokat Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Orta Anadolu Halaylarının yoğun olarak görüldüğü Tokat bölgesi, coğrafi konum olarak İç Anadolu ile Karadeniz bölgelerinin kesiştiği bölgede yer almaktadır. Bu coğrafi konumdan dolayı Tokat tarih boyunca bir hem farklı medeniyetler için cazibe merkezi olmuş, hem de ciddi derecede göç almıştır. Bu yüzden çok çeşitli kültür özelliklerine sahip olan bölgede yoğun olarak halay türü oyunlar oynanmaktadır. Bununla birlikte bar, horon ve az da olsa karşılama türü oyunların yanı sıra Çerkez oyunları ve Azeri oyunlarına da rastlanmaktadır.

Ayrıca bölgede yoğun olarak semahlar da yer almaktadır. Tokat semahları diğer semahlara göre hareket yapıları, ritmik ve melodik yapıları bakımından çok daha zengindir. Semahlar kadın – erkek karma olarak icra edilir ve sözlüdür. Semahlara açık alanda davul zurna eşlik ederken kapalı alanda bağlama, çöğür, keman, kaval, kabak kemane eşlik eder ve def kullanılmaz.

Tokat yöresi halay oyunlarında daire ve çizgi formları yoğun olarak kullanılır. Oyunlar kadın, erkek ve karma olarak oynanır. Oyunlar türkülü ve türküsüz olarak icra edilirken kadın oyunlarının neredeyse tamamı türkülüdür. Tek bölümlü oyunların az rastlandığı gölgede iki ve üç bölümlü oyunlar çoğunluktadır. Oyunlar genel olarak yavaş tempoda başlayıp gittikçe hızlanarak son bulur.

Birinci bölüm ağırlama bölümü olup adından da anlaşılacağı gibi yavaş oynanan bölümdür. Oyunlar tabanda, dizlerden hafif esnemeli icra edilirken, selamlama şeklinde öne doğru eğilmelerin ve çökmelerin sık kullanıldığı hareketlerden oluşur. İkinci bölüm yanlama bölümüdür. Oyun bu bölümde oyun biraz hızlanır ve hareketler yine tabanda fakat daha fazla dizlerden esnemeli olarak yapılır. Üçüncü bölüm hızlı bölümdür ve yelleme adı verilir. Hareketler koşar adımlarla, pençede ve hareketli olarak icra edilir.

Her bölümün melodisi de ritmik yapısı da genel olarak farklıdır. Hatta aynı bölümde, farklı hareket cümlelerinde farklı melodi ve farklı ritmik yapılara rastlanır.

Eller bağlı veya serbest olarak kullanılabilir. Halay türü oyunlar bağlı olarak icra ediliyorsa eller serçe parmaklardan, halay tutuşlu veya omuzlardan tutularak kullanılır. Eller serbest olarak kullanıldığında eller belde sabit, yanlarda – önde – arkada sallamalı ve çevrilerek kullanılır. Kolların dıştan içe çevrilerek, sağa – sola sallayarak, vücuda çekerek kullanımı ve el vuruşları özellikle semah kol kullanımına benzemektedir.

Tokat yöresi oyunlarında türkülü oyunlar genellikle deme – çevirme veya atışma şeklinde icra edilir. Kadın erkek birlikte oynuyor ise erkekler söyler kızlar cevap verir veya tam tersi olarak karşılıklı atışma ve deme – çevirme şeklinde söylenerek oynanır.

Erkekler başta etrafı ahmediye ile bağlanmış keçe külah, terlik veya fes denilen başlıkları kullanırlar. Bedende beyaz üzerine baskı tekniğiyle desenlerin uygulandığı hâkim yaka gömlek, yelek ve aba giyinirken belde şal kuşak kullanılır. Bacakta zıvga

denilen, arka kısmının potu az olan şalvar giyilirken ayakta beyaz çorap veya boyun kısmı püsküllü, diz kapağı altına kadar uzanan alaca çorap ile ipli çarık veya yemeni giyilir. Takı ve aksesuar olarak köstekli zincir ve iki yandan diz kapağına kadar uzanan püsküllü kaytan kullanılır. Başta oynayanın elinde kırmızı ve kenarları pullu bir mendil bulunur. Bu mendil aslında daha büyüktür ve damadın kim olduğunu belirler. Aslen damadın boynuna veya beline sarılan kırmızı mendil (poşi) zamanla küçülerek başta oynayanın kullandığı mendil olmuş ve bir aksesuar haline dönüşmüştür.

Bölgede farklı kültürlerin bir arada olması giyim kuşamda da kendini göstermektedir. Bu yüzden çok farklı kıyafetlerin giyildiği bölgede yoğun olarak etamin üzerine işlemeli Türkmen giyimi, kutnu kumaştan yapılmış üç etek ve bindallı giyilir. Bindallıyı şehirde, zenginler giyerler. Kadife veya atlas kumaş üzerine gümüş telle işlenmiş, belden yukarısı dar ve alt kısmı geniş olan bindallıya özellikle kırsal kesimlerde rastlamak mümkün değildir. Bele takılan gümüş kemer bu kıyafetin bir aksesuarıdır. Bindallı giyilmiş ise ayakta yemeni giyilir. Köyde veya maddi durumu iyi olmayan kesimlerde bindallıyı görmek mümkün değildir.

Yörede öne çıkan kıyafetlerden bir tanesi de kutnu kumaştan yapılan üç etektir. Başta düz veya oyalı yazma ile çevrelenmiş, tepesi düz fes kullanılır. Bedende göğüslük veya içlik ile V yaka üç etek giyilirken belde kumaş kemer kullanılır. Bacakta şalvar, önde önlük kullanılır. Ayakta ise alaca çorap, ipli çarık, aynalı çarık veya yemeni giyilir.

Erkek başlığı birbiri içerisine geçmiş geometrik geçmelerle dolgulandırılmış olup renkli ponpon ve boncuklarla süslenmiştir. Erkek gömleğinin yaka ve kol kenarları siyah sutaşı ile çevrelenmiştir. İç bölgelerinde baskı tekniği ile çeşitli şekiller yapılmıştır. Çoraplar üzerinde geometrik motifler yer alır. Kadın üç eteğinde kutnu kumaş üzerine renkli kordon ipliklerle çiçek, dal gibi bitkisel ve yıldız şeklinde çeşitli süsleme ve bezemeler yapılmıştır. Etek, yaka ve kol kenarları zincir motifi ile çevrilidir. Bu süslemelerin içi yine pul ve boncuklarla dolgulanmıştır. Yaka ve kollarda birbirine benzer motif ve desenler ile dolguludur. Önlüğün orta kısmında yedi kollu yıldız bulunmaktadır. Fakat yedi kollu yıldız Türk motiflerinde daha önceden hiç karşılaşılmamıştır. Sekiz kollu yıldız Türk dünyasında sıkça karşılaşılan yıldız motifidir. Muhtemelen kordonun yetmemesi veya bozulmuş olması sebebi ile sekiz kollu yerine yedi kollu yıldız olarak yapılmıştır. Önlüğün etek kısmında yan yana ağaç motifi veya

güneş motifine benzerlik gösteren desenler yer almaktadır. Yine önlüğün etek ucunda ve kol ağızlarında zik zak, zincir ya da kıvrımlı S motifi yer almaktadır. Kıyafetin ön yüzünde yine kordon ipliklerin çeşitli şekillerde kıvrılarak oluşturulan motiflerin yüzeyi dolguladığı görülmektedir. Ön tarafta ve arka etek kısımlarında dört yapraklı çiçek motifi ile S kıvrımlı motifi yer almaktadır. Ayrıca arka tarafta hayat ağacı veya güneş motifi olarak değerlendirilebilecek iki adet motif bulunmaktadır.

Oyunlara genel olarak davul, zurna, horlatmalı kaval, mey, bağlama, kemençe, keman, kabak kemane ve def eşlik eder.

Oyunlar genel olarak 2, 3, 4, 5 (2+3) (3+2), 6 (3+3) (4+2) (2+4), 7 (3+2+2) (2+2+3), 9 (2+2+2+3), 10 (3+2+2+3) (2+4+4) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 7. Tokat Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.2.4.1. Kırat

Ellerin serbest olarak kullanıldığı oyun iki bölümlüdür. Oyunların yavaş başlayıp gittikçe hızlandığı bölgede bu oyun ters şekilde icra edilir. Yani ilk bölüm hızlı ve ikinci bölüm yavaştır. Hızlı bölüm daire formunda oynanırken yavaş bölüm çizgi formunda

oynanır. Her iki bölümünde hem melodisi hem de ritmik yapısı farklıdır. Erkekler ve kadınların oynadığı oyun aslen sözlü olup günümüzde sözsüz olarak icra edilmektedir.

#### 2.2.4.2. Tokat Ağırlaması

Yörenin halay özelliklerini tamamen bünyesinde barındıran bir oyundur. Düğünlerde her zaman ilk oyun olarak oynanır. Ayrıca adından da anlaşılacağı üzere misafirlerin karşılanması, ağırlanması ve hoşnut edilmesi anlamına da gelmektedir. Düğüne gelen misafirler bu oyunla karşılanırken misafirler de memnuniyetlerinin bir ifadesi olarak oyuna eşlik ederler. Ağırlama, yanlama ve yelleme bölümlerinden olmak üzere üç bölümlü bir oyundur. Oyunun her bölümü farklı melodi ve ritmik yapıya sahiptir. Bununla birlikte aynı bölümde, farklı hareket cümlelerinde, farklı melodiler ve ritmik yapılar da kullanılır. Yani melodi ve ritmik yapı olarak çok zengin bir yapıya sahiptir.

Bu oyunun içerisinde Çardak Halayı olarak da isimlendirilen Omuz Halayı da oynanır. Omuz halayının anlamı ve nereden geldiği ile ilgili çeşitli rivayetler bulunmaktadır. Bunlardan bir tanesi yöre insanının kadına verdiği değeri gösterdiğini savunurken, bir diğer görüş ise iki katlı (çardaklı) evleri tasvir eden bir oyun olduğunu savunur. Bir diğer görüş ise şudur. Yörede gelin alma esnasında gelin baba evinden dualar edilerek çıkartılır. Erkek tarafı gelini karşılamak, memnuniyetlerini göstermek ve hoş geldin demek anlamında Tokat Ağırlaması oyununa başlar. Bu esnada gelinin ata binmesi için oyunculardan bir tanesi eğilerek gelinin ata binmesine yardımcı olur ve gelin ata bindikten sonra oyunun hızlı kısmı icra edilir. Konvoy eşliğinde damat evine gelen gelin, yine Tokat Ağırlaması ile karşılanır ve ata bindiği şekilde, omuza alınarak attan indirilir. İşte Omuz Halayı'da bu şekilde çıkmış olur. Omuz Halayının oynanış şekli de bu son rivayete daha yakın olması nedeniyle bizce de en tutarlı görüş ve hikâyenin bu olduğu kanaatindeyiz.

### 2.2.5. Van Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Doğu Anadolu Halayları içerisinde yer alan Van yöresi oyunları, bölgenin etnik yapı ve coğrafi konum özelliği itibarı ile çok zengindir. Yörenin kuzey bölgesinde bar oyunları oynanırken güney bölgesinde halay türü oyunlar oynanmaktadır. Oyunlara güvenk veya govent denilir. Bölgede başta oynayan kişiye de güvenk başı veya govent başı ve

sondaki oyuncuya da poçik adı verilir. Davul – zurnacıya bölgede mutrıp veya mıtrıp denir.

Van yöresi halayları genel olarak tek veya iki bölümlü olurlar. Tek bölümlü oyunlar yavaş ve tabanda, dizlerden esnemeli olarak, daire formunda dönülerek oynanır. Yavaş bölümler genel olarak türkülüdür. İki bölümlü oyunların ilk bölümü yavaş ve ikinci bölümü hızlıdır. İkinci bölümde hareketler oldukça hızlı ve sert olup omuzlar sertçe aşağı – yukarı ve öne – arkaya sallanarak kullanılır. Oyunların çoğu taklitli veya hikâyeli oyunlardır. Konular genellikle hayvan taklitleri, doğa olayları, savaş ve kavga içeriklidir.

Oyunlar genel olarak çizgi formunda veya daire formunda, erkek, kadın veya karma olarak icra edilir. Oyunlar türkülü veya türküsüz olarak oynanırken türkülü oyunlar mani veya karşılıklı atışma şeklinde oynanır. Oyun karma oynanıyor ise karşılıklı gruplar halinde ve sözler karşılıklı atışma şeklinde söylenerek oynanır. Eller genel olarak halay tutuşlu, serçe parmaklardan, omuzlardan, bar tutuşlu veya serbest olarak kullanılır.

Geleneksel giyim olarak birbirinden çok farklı giysilere sahip olan Van bölgesinde genel olarak erkekler başta etrafında ahmediye sarılı keçe külah, fes veya puşi kullanırlar. Bedende hâkim yaka işlik (gömlek), yelek, cepken, sako (palto) ve belde şal kuşak kullanılır. Bacakta ağı diz kapağının üzerinde şalvar ve ayakta ise düz veya alaca çorap ile çarık, reşik veya yemeni giyerler. Takı ve aksesuar olarak köstekli saat, hançer, tabakalık ve ağızlık kullanılır.

Kadınlar başta püsküllü ağva (leçek) ve yazma kullanırlar. Bedende V yaka içlik (kıraz), iç etek, fistan, yelek, hırka, canfes ve belde kuşak veya kemer kullanılır. Bacakta şalvar ve önde önlük (bervanek) kullanılırken ayakta düz veya alaca çorap ile çarık, reşik veya yemeni giyilir. Takı ve aksesuar olarak kolye, bilezik ve boyunda beşi bir yerde kullanılır.

Erkek yeleğinin ön tarafında sarı iplikle üçgen şeklinde işlenmiş ve içi bitkisel motiflerle dolgulanmış desen yer alır. Yeleğin sırtında çift başlı kartal, yılan, tavus kuşu gibi çeşitli motifler, içiçe geçecek şekilde renkli ipliklerle işlenmiştir. Şalvarın paça kısmının yanlarında, sarı iplikle üçgen şeklinde işlenmiş ve içi bitkisel motiflerle

dolgulanmış desen yer alır. Kadın üç eteğinin kol kenarları kıvrık dal, çiçek ve yaprak motifleri ile bezelidir. Etek kenarları ise hayat ağacı motifleri ile bezelidir. Cepkenin arka kısmında erkek yeleğinde olduğu gibi çift başlı kartal, yılan, tavus kuşu, bitkisel motifler gibi çeşitli figürler renkli ipliklerle işlenmiştir. Aynı motif ön yüzün orta kısımda yukarı doğru da işlenmiştir. Ayrıca önde her iki tarafta erkek cepkeninde olduğu gibi sarı iplikle üçgen şeklinde işlenmiş ve içi bitkisel motiflerle dolgulanmış desen yer alır.

Genel olarak oyunlara davul, zurna, zilli def, darbuka, bağlama, kaval, mey, kabak kemane ve rebap eşlik eder.

Oyunlar genel olarak 2, 4, 5 (2+3), 6 (3+3) (4+2) (2+4), 10 (4+2+4) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 8. Van Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.2.5.1. Hır – hır

Van yöresi halaylarının tüm özelliklerini bünyesinde barındıran oyun çizgi formunda oynanır. Aslen erkek oyunu olan oyunun içerisinde iki erkeğin bir kadın için kavgası da yer alır. Kavga eden iki erkeğin arasına önce diğer oyuncular grup halinde girerler fakat başarılı olamazlar. Bunun üzerine uğrunda kavga edilen kadın kavgayı ayırmak ister fakat o da başarılı olamaz. Son çare olarak başındaki örtüyü açarak ortaya atarak

kavgayı bitirir. Kadının başını açıp ortaya atması namusunu ortaya koyması anlamını taşımaktadır.

### 2.3. Horon Türü Halk Oyunlarının Genel Özellikleri

Karadeniz bölgesinde oynanan oyunlara horon adı verilir. Horom, horun, horon, hora gibi farklı kullanımlara sahip olan horon kelimesinin nereden geldiği halen netlik kazanmamıştır. Bir takım bilim adamları kelimenin Türkçe olduğunu ve Orta Asya'dan geldiğini savunmakta, bir takım bilim adamı ise Grekçe, Yunanca ve Fransızcadan geldiğini savunmaktadırlar. Bazı bilim adamları horonun Cenevizlilerden kalma olduğunu ve onlardan Yunan ve Türklere geçtiğini iddia etmektedirler.

"Hor – Kor – Kori kelimeleri Yakutçada (Nakarat – tekrar etme ve sıra ile vurmak) anlamlarına gelmektedir… Kor'un Lapseki, Antep, Urfa dolaylarında (Sıra – Dizi) anlamına geldiğini Çağatayca'da, düğün ve davetlerde (Halka şeklinde) oturmak anlamını taşıdığını da hatırlatmış olalım… Tatar, Türkmen ve Başkırt'larda, toplu olarak söylenen bir şarkı çeşidine Hor denilmektedir" (Ataman, 1975: 72).

"Karagas Türklerinde (Yenisey Eyaleti'nde); düğünün üçüncü günü genç kız ve delikanlılar 'hor' olarak türküler çağırırlardı. 'Hor' köylü kelimesi olup sıra oyunu demektir" (Erdem, 1999: 21).

"Bah'ül Garaib tercümesinde ilk ve son olarak 'Horan Tepmek' ifadesini kullanmıştır (XV. Yüzyıl). Sonraki asırların metinlerinde artık hep 'hora tepmek' birleşimi geçer" (Erdem, 1999: 24).

Kırgız Türkçesinde günümüzde koroya "Hor" denilmektedir. Koronun toplu olarak, birliktelik anlamı horonun birlik, beraberlik anlamı ile örtüşmektedir.

Mehmet Zeki Pakalın ise horon için görüşlerini şu şekilde aktarmaktadır; horan ilk çağlarda dini ayin niteliğindeki oyunlara horan, horon denirdi. Koro kelimesi de bundandır. Hor, hü ve har sözcükleri güneç manasındadır.

"Romanya'da düğünlerde oynanan halk danslarına Gagauz Türklerince 'horon' denilmektedir. Yine eski bir Bulgar ve Peçenek Türklerinde varolması dikkate şayandır.

Öte yandan Erzincan, Malatya, Siirt ve Afyon'da birer yerin adı 'Horon'dur" (Cihanoğlu, 1995: 13).

Yılmaz Öztuna (2000) Türk Musikisi Kavram ve Terimleri Ansiklopedisi'nde horon için; "Doğu Karadeniz bölgesinin karakteristik dansı. Ekseriya Devri Turan usulü ile bestelenmiş oyun havaları eşliğinde onanır. Hora ile aynı menşelidir, Türklerden Rumlara geçmiştir" demektedir.

"Horon Cenevizliler'den kalmadır. Karadeniz'e özelikle Trabzon'a gelip buradan da Yunan ve Türk kavimlerine geçmiştir. İstila ve temaslar sonucu oradan Batı Avrupa'ya ve Karadeniz'in doğusuna yayılmıştır" (Ekmekçioğlu, Bekar ve Kaplan: 2001: 30-31).

"Grekçe khoros (χορός) ya da khoron (χορου) dans, khorostasi (Χοροστάσι) danslarıngerçekleştirildiği yer anlamına gelmektedir… Mısır dilinde, müziğin ve güzel sanatların tanrısı Apollon için kullanılan 'Horos' kelimesinin yüzyıllar içinde dans ile ilgili bir terime dönüşmüş olması dikkatçekicidir" (Civelek, 2017: 3).

"Horon, Carole, Xogós, Hor, Kör, Horoy kelimeleri birbirlerinden ayrı olmayıp, aynı Hor kökünün muhtelif şekilleridir. Bu açıklamalarla yöredeki 'horom' ve 'horon' kelimelerinin kullanımı arasında benzerlik olduğu görülmektedir" (Cihanoğlu, 1995: 14).

"Karadeniz bölgesinde kemençe ile oynanan halk oyunu" (www.tdk.gov.tr 28.05.2018).

"Karadeniz yalı boyu ve iç bölgelerde Horon – Horan – Horum adı verilen bu oyunlar, Trabzon, Maçka, Vakfıkebir, Akçaabat (Acebat), Tonya (Donya), Hemşin, Papilat gibi yalı boyu bölgesindeki yerlerin adını taşıyan Horon fasıllarının ayrı kısımlarını teşkil etmektedir" (Ataman, 1975: 71).

"Horum ve Kor kelimelerinde olduğu gibi bu kelimelerde Asya'daki derinliğine ve sıra, dizi, demet, yığın gibi anlamlarla Anadolu'da devam etmiştir. Karadeniz halkının kanatınca Horom, Horon, Horun, Horon denilen oyun dizileri de işte o 'sıralanıp demetlenmiş' ve yığınlanışlara benzetilerek şive farklarına göre yer yer bu adları almışlardır. Bu oyunların sevinç, curcuna ve hareket unsurları çok ve türkü sözleri pek işlek surette sürekli olduğu için Horon kelimesinin anlamca iması mecazlar da edindiği,

hatta kimi baş harfinin düştüğü, kimi (r) sesi yerine (z) geçtiği, bazen oyun dışında fiilleri bile türediği anlaşılıyor" (Erdem, 1999: 25).

Cemal Genç'in horon ile ilgili görüşünü Demirsipahi (1975: 263) şu şekilde aktarmaktadır: "Horon, Horom sözcüğünden oluşmaktadır. Horom kesilmiş ve tarla üzerinde dik olarak kümelendirilmiş birkaç bağdan oluşan mısırlara verilen addır. Horomların bulunduğu tarla uzaktan görünüş olarak kollarını havaya kaldırmış bir şekilde duran insan kalabalığını andırır. Horon oyunlarında genellikle kollar havaya kalkmış bir şekilde oynanır. Bu duruş horomları andırmaktadır. Bundan esinlenerek oyunlara horon adı verilmiştir."

Horon, sallama ve karşılama oyunları genel olarak Karadeniz Bölgesinin tamamı ile Doğu Anadolu'da Erzincan, Erzurum ve Ardahan dolayları ile İç Anadolu'da Sivas dolaylarında görülür.

Horon oyunları düğün, bayram, eğlence, askere uğurlama gibi yöre insanının neşeli ve mutlu anlarının tamamında oynanır. Hareketler sevinç ve coşku içeriklidir, birlik ve beraberliği simgeler. Bu birliktelik, coşku ve sevinç; bölgenin sarp ve dağlık olması, yapılacak işin tek başına yapılmasının neredeyse imkânsız oluşu ve işlerin el birliğiyle yapılması ve bununda el ele tutarak coşku içerisindeki oyuna yansıması olarak da yorumlanabilir. Yörede horon kardeşliğin, mertliğin, yiğitliğin, dürüstlüğün, birlik ve beraberliğin sembolü olarak görülmektedir.

Hareketlerdeki canlılık ve vücudun titretilerek oynanması balığı andırmakla beraber kol hareketleri tarım işinde çalışan insanın hareketlerini de andırmaktadır. Yöre insanının tez canlı oluşu, ani karar verme özellikleri, aniden kızmaları veya durulmaları adeta Karadeniz'i andırmaktadır. Karadeniz'in de bir anı bir anını tutmamakta, sakin iken bir anda coşmakta veya çok coşkulu, dalgalı iken aniden durulmaktadır. Bu yapıyı horon oyunlarında da görmekteyiz. Yavaş başlayan oyunlarda eğilmeler, doğrulmalar, vücudun sağa – sola, öne – arkaya sallanarak kullanılması, çöküp – kalkmalı hareketler ve sonradan hızlanıp coşması aynı Karadeniz gibidir.

Horonlar genel olarak iki bölümlü oyunlardır. Yavaş olan bölüm kendi içerisinde düz veya dik ile yennik olarak ikiye ayrılır. Düz kısım dik pozisyonda oynanırken yennik kısmı belden hafifçe öne doğru eğilerek oynanır. Düz ve yennikte genel olarak ritmik

yapı aynı ama melodik yapı farklıdır. Hızlı olan bölüme sallama adı verilir, ritmik yapısı ve melodisi yavaş bölümden farklıdır.

Oyunlar kadın, erkek ve karma olarak oynanır. Karma oyunlarda kadın ile erkek birbiri ile el tutacak olursa ellerin arasına mendil konularak tutulur. Kadın oyunlarının geneli ile erkek oyunlarının yavaş bölümü türkülüdür. Türküler düz ve yennik denilen ağır bölümde okunur, hızlı bölümde söz yoktur. Özellikle oyuna başlamadan önce "yol havası" adı verilen uzun hava okunur ve daha sonra horona başlanır. Türküleri bir kişi söyleyebildiği gibi iki kişi karşılıklı olarak atışma, deme – çevirme şeklinde de söyleyebilir. Bununla beraber kızlar ve erkeklerin karşılıklı atışarak söyleyip oynadıkları da görülmektedir.

"Horon'ların bugüne kadar bir erkek oyunu olarak karşımıza çıktığını görüyoruz. Rize, Ordu, Giresun, Gümüşhane, kıyı ve iç kesimlerinde çoğunlukla erkekler tarafından oynanır. Horon'ların yumuşatılmış türleri, kadınların arasında da oynanmakta olduğu belgelenmiştir. Örneğin Trabzon yöresinde kadınlar arasında oynanan horon'ların yaygın olduğunu görüyoruz. Erkeklerinkine göre biraz daha yumuşak bir biçimde onanır. Tonya, Maçka, Rize'de örnek kadın oyun ve Sallama horonları'nı görüyoruz. Daha çok Rize'de oynanan kadın horonların'da kadınların ellerini göğüslerinin altında bir yükseklikte tutmaktadırlar. Eller daha yukarı kaldırılmamaktadır. Çökme hareketlerini de kadın horonları'nda az görmekteyiz. Bu nedenle çömelmeden oynadıklarını da söyleyebiliriz. Bu horon'lara kız horonu, Kadın horonu adı verilmektedir. Bir de göremediğimiz, ancak oynandığı ileri sürülen Alaca horonlar'ı bulunduğu bildirilmektedir. Rize yöresinde erkek ve kadın birlikte oynanan horon'lara Rahat Horon adı verildiği ve oynandığı, çömelme hareketi yapılmadan düz yürüme biçiminde sürdürüldüğü, alaca horonlar'da kadınların kendi erkekleri ve akrabaları ile oynadıkları ve Sürmene yöresinde ise Çavuş (Horoncubaşı)'un dilediği kadını dilediği erkekle oyuna kaldırabileceği yazılmaktadır. (H.B.Yönetken, Gezi Notları 1). Yine kına gecelerinde de alaca horon oynandığı aynı yapıtta bildirilmiştir" (Demirsipahi, 1975: 264-265).

Horonlar daire ve çizgi formunda oynanırlar. Eller serbest, horon tutuşlu (sağ el üstte ve sol el altta) veya serçe parmaklardan tutularak kullanılır. "Horon türü oyunlarda genel olarak hareketler taban kullanılarak yapılır ve yere sert basılır. Tüm beden dizlerin öne –

geri vurdurulması ile titrenerek, omuzlar, bel ve kollar sallanarak, ayaklar ileriye sertçe atılarak kullanılır" (Gülbeyaz, 2005: 118). Erkek horonları daha sert ve hızlı, kadın horonları daha yavaş ve yumuşak oynanır. Erkek horonlarında kollar yukarıda baş hizasında ve omuz hizasında kullanılırken kadın horonlarında kollar omuz hizasında kalır. Yennik kısmında ise kollar aşağıda, omuz ve dirseklerden çevrilerek kullanılır. Kadın horonlarında bel kıvırma, yaylanma, göğüs silkme ve omuz sallama gibi hareketler mevcuttur. Çökme ve yere diz koyma hareketleri erkek oyunlarında kullanılırken kadın horonlarında yoktur.

Horonlara genel olarak kemençe, davul, zurna, tulum, bağlama, kaval, klarnet eşlik eder.

### 2.3.1 Artvin Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Bar ve horon türü oyunların yoğun olarak görüldüğü bölgede Gürcü oyunları, Azeri oyunları ve halay türü oyunlara rastlanır. Artvin yöresi horon oyunları çok yakın olmalarına rağmen Rize ve Trabzon bölgesi horonlarından çok farklıdır. Sahil şeridinde yani Trabzon ve Rize bölgesinde oynanan horonlarda ayakların öne sertçe atılması ve omuzlarda silkme hareketi yoğun olarak görülürken Artvin horonlarında bunlara çok rastlanılmaz. Artvin horonlarında ayaklar yere sertçe vurularak ve vücut tabandan tepeye titretilerek oynanır. Artvin'de horonlar Lazların ve Gürcülerin yoğun olarak yaşadığı sahil bölgelerinde daha yoğun olarak oynanırken iç kesimlerde halay, bar ve Azeri oyunları oynanmaktadır.

Oyunlar daire ve çizgi formunda oynanırken dairenin her iki yönüne gidiş – gelişler yoğun olarak kullanılır.

Erkekler başta dolama, kabalak, kastol; bedende hâkim yaka gömlek, çoka (yelek); bacaklarda şal, şalvar, potur; ayakta çorap, tozluk, çapula, yemeni, çarık, çizme giyinirler. Takı ve aksesuar olarak köstek, hamayıl, muska, pazubent, kemer, fişeklik ve tütünlük kullanılır.

Kadınlar başta paralı fes, dantelli yazma, leçek (beyaz tülbent); bedende göğüslük, içlik, gömlek, üç etek, şal, fistan, sıkma (yelek), cepken; bacaklarda şalvar, dizlik, kuşak,

peştamal; ayakta çorap, çapula, yemeni giyinirler. Takı ve aksesuar olarak, gerdanlık, beşi bir yerde, paralı kemer, gümüş kemer kullanılır.

Erkek kıyafetlerinde motif bulunmamakla birlikte cepkenin yaka, kol kenarları, cepler, sırt kısmı ile şalvarın dış yanı sarı şeritlerle çevrilidir. Kadında cepkenin kol kenarları, eteği ile yaka kısmı sarı ve kırmızı renkli şeritlerle çevrilidir. Önlüğün belini kemer biçiminde saran kolon geometrik motifler ile bezenerek dokunmuştur. Önlük ile eteğin alt kıyıları üçgen motifleri ile çevrilidir. Çoraplarda ise çiçek, dal, kuş motifleri ile çeşitli dokuma motifleri yer almaktadır.

Artvin horon oyunlarına genel olarak davul, zurna, bağlama, koltuk davulu eşlik etmektedir. Bununla beraber sahil şeridinde kemençe, davul, zurna yoğun olarak kullanılırken iç kesimlere gittikçe tulum ve akordeon kullanımı artar.

Oyunlar genel olarak 2, 4, 5 (2+3) (3+2), 6 (3+3) (4+2), 7 (2+2+3), 10 (2+3+3+2) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 9.Artvin Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.3.1.1 Deli Horon

Deli horon Artvin horonlarının genel özelliklerini yansıtan bir oyundur. Açık havada oynanan oyun düğün, festival, şenlik gibi tüm eğlence ortamlarında oynanabilir.

Hareketlerdeki gerginlik, sertlik, değişkenlik ve canlılık sebebiyle oyuna "deli" denilmiş olması muhtemeldir. Bununla birlikte hareketlerde birlik, beraberlik, neşe, coşku, sevinç unsurları açıkça görülmektedir.

Deli horon çok sertçe oynanan ve uzun süren bir erkek oyunudur. Çok çeşitli melodik ve ritmik yapıya sahiptir. Oyunda atılan naralar ve nidalar ön plandadır. Her hareketin bir adı vardır. Komut veren kişi hangi hareket yapılacaksa o hareketin adını söyler ve o hareket oynanır. Sözlü bir oyun olup oyuncular karşılıklı deme – çevirme şeklinde söyleyerek oynarlar. Halk arasında "deli horon oynanan yerde kırk yıl ot bitmez" deyimi kullanılmaktadır.

#### 2.3.1.2. Gürcü Horonu

Kafkas, Azeri ve Gürcü tarzı oyunlara verilen genel isimdir. Gürcü nüfusun yoğun olarak yaşadığı bölgelerde oynanır. Gürcücenin Acara şivesini kullanan halk, bu oyunlara Acara Horonu da demektedir.

#### 2.3.1.3. Hemşin Horonu

Hemşin bölgesinde yaşayanlar tarafından oynandığı için bu adı almıştır. Genel olarak sahil kesimi ve Hopa bölgesinde, daire formunda, kadın – erkek karışık olarak oynanan bir oyundur. Düğün ve eğlencelerde oynanan oyuna "Atom" adı da verilir. Hareketlerinin ayrı isimleri vardır. Oyunu yöneten kişi hangi hareket yapılacaksa o hareketin adını söyleyerek oynanan bir oyundur.

#### 2.3.1.4. Vazriya Horonu

Bu oyuna Düz Horon, Adi Horon veya Vazriya Düzü adı da verilir. Kadın erkek karma olarak ve tulum eşliğinde oynanan bir oyundur. Genellikle düğünde ve özellikle de gelinin yüz açımı töreninde oynanır. Daire formunda, hareketli, canlı ve estetik bir oyundur, tek bölümlüdür. Hareketlerinin daha sakin olmasından dolayı yörede herkesin katılıp oynadığı bir oyundur.

### 2.3.2. Trabzon Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Horon türü oyunların yoğun olarak görüldüğü bölgede sallamalar ile az da olsa Gürcü oyunları ve karşılama türünde oyunlara da rastlanmaktadır. Yöre oyunlarından bazıları Sürmene Sallaması, Tonya Horonu gibi ilçelerin adları ile anılmaktadır.

Daire ve çizgi formlarının yoğun olarak kullanıldığı bölge oyunları kadın, erkek ve karma olarak icra edilir. Erkek horonları hareketli, coşkulu ve kıvrak hareketlerden oluşur. Çöküp – kalkmalı, yere diz koymalı hareketlerin yanı sıra vücudu titreterek yapılan ve ayakların öne doğru sertçe atılarak yapıldığı hareketler ön plandadır. Kadın horonları ise daha sakin ve yavaştır. Oyunlar türkülü ve türküsüz olarak icra edilmektedir. Oyunlar genellikle tek veya iki bölümlü olur. Türküler oyun başında veya yavaş bölümde söylenir. Başta oynayan oyuncuya çavuş adı verilir.

Eller genel olarak horon tutuşlu, serçe parmaklardan tutularak ve serbest olarak kullanılır. Karşılama türü oyunlarda eller serbest olarak kullanılırken diğer oyunlarda eller bağlı olarak kullanılır. Erkek oyunlarında kollar baş hizasında, omuz hizasında veya aşağıda yanlarda kullanılır. Kollar yukarıda dirseklerden bükük, sabit olarak kullanılırken aşağıda düz veya dirseklerden çevrilerek kullanılır. Kadınlarda ise kollar yukarıda göğüs hizasında, dirseklerden bükük, ileri – geri ve aşağı – yukarı hafifçe sallayarak kullanılırken aşağıda yanlarda, düz veya çevrilerek kullanılır. Kadın oyunları genellikle tek bölümlü olur. Kadın oyunlarında bel kıvırma, yaylanma, göğüs silkme ve omuz sallama hareketleri bulunur.

Erkekler başta kabalak, kukul veya kukuleta denilen başlık kullanırlar. Bedende hâkim yaka gömlek, yelek, aba – cepken giyilir ve belde kuşak veya ince kemer kullanılır. Bacakta zıpka (zıvga) adı verilen, bacağı komple saran bir şalvar ve ayakta ise çorap, çapula, çarık veya çizme giyilir. Çapula veya çarık giyilirse tozluk kullanılır. Takı ve aksesuar olarak hamayıl, muska, köstek, bıçak, tabanca, yağdanlık, kavlık kullanılır.

Kadınlar başta tepelik, kukul ve çömber (tülbent) kullanır. Bedende içlik (gömlek), entari, üç etek, yelek, cepken giyilirken belde kuşak ve arkada peştamal bağlanır. Bacakta şalvar ve etek giyilirken ayakta diz kapağına kadar uzanan çorap, çarık, çapula ve yemeni giyilir. Takı ve aksesuar olarak kaytan, bel bağı, kolye, muska, hamayıl, göğüsçek kullanılır.

Erkek yeleğinin yaka kenarları, düğmelerin altı ile şalvarın iç ve dış yanları siyah kordon ip ile işlenmiştir. Kadın cepkeninin yaka ve göğüs bölgesi ile sırt kısmında kırmızı ve beyaz şeritler bulunmaktadır. Beldeki çarpana kolon dokuma ile çoraplarda geometrik motifler işlenmiştir. Üç eteğin etek kısmında iki sıra bitkisel şekle benzer motifler bulunmaktadır.

Oyunlara genel olarak kemençe, davul, zurna, tulum, bağlama ve kaval eşlik eder.

Oyunlar genel olarak 2, 4, 5 (3+2), 6 (4+2), 7 (2+2+3), 9 (2+3+2+2), 10 (4+4+2) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 10. Trabzon Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.3.2.1. Erkek Horonu

Horon Kurma veya Oyun Kurma adı da verilen Erkek Horonu oyunu adından da anlaşılacağı gibi sadece erkekler tarafından oynanır. Yörede oyun oynandığında ilk olarak oynanan horondur. Horona başlamadan önce kemençenin yol havası çalması gerekmektedir ve oyun bu havadan sonra oynanmaya başlar. Birinci bölümü yavaş ve ikinci bölümü hızlı olmak üzere iki bölümlü, çizgi formunda oynanan bir oyundur. Her iki bölümün melodi ve ritmik yapısı farklıdır. Birinci bölüm yavaş bir tempoda

başlayıp, oturaklı, sallanmalı hareketlerden oluşur. Ayakta oynanan ve düz denilen kısım ile eğilerek oynanan ve yennik adı verilen kısım olmak üzere iki kısımlıdır. İkinci bölüm hızlıdır ve sallama adı verilir. Bazı araştırmacılar sallama kısmını ayrı bir oyun olarak değerlendirmektedir. Fakat hiçbir zaman erkek horonu sallamasız oynanmaz ve oyun her zaman sallama ile bitirilir. Bu yüzden sallama ayrı bir oyun olarak değerlendirilmemeli ve hızlı bölüm olarak değerlendirilmelidir.

#### 2.3.2.2. Hozangel

Sol ayakla başlanan bir oyundur. Erkeklerin oynadığı ve daire formunda oynanan oyun yavaş ve hızlı olmak üzere bölümlüdür. Her bölümünde melodi ve ritmik yapı farklıdır. Birinci bölümde eğilerek oynanan kısma aşağı alma adı verilir ve dizler yere konularak oynanır. İkinci bölüm hızlıdır ve yörede "sert sallama" adı verilmektedir. Bu bölüm Sıksara Oyunu ile çok büyük bir benzerlik göstermektedir.

#### 2.3.2.3 Kız Horonu

Kadın Horonu adı da verilen oyun adından da anlaşılacağı gibi sadece kadınların oynadığı bir oyundur. Genellikle düğünlerde oynanan oyun tek bölümlü, türkülü ve çizgi formunda oynanan bir oyundur. Kolların aşağıya alınarak oynanan kısmına aşağı alma veya yennik adı verilir.

#### 2.3.2.4. Tonya Horonu

Tonya bölgesinde erkekler tarafından oynanan, iki bölümlü ve çizgi formunda oynanan bir oyundur. Tek bölümlü bir oyun olup farklı hareket cümlelerinden oluşmaktadır. İkinci bölümü hızlı bölümdür ve sert sallama adı verilir.

### 2.4. Karşılama Türü Halk Oyunlarının Genel Özellikleri

Karşılama türü oyunlarını bazı araştırmacılar karşılama ve hora olarak kullanmaktadır. Hora kelimesinin hora, hurra, hürra, hor, horan, hora gibi çok çeşitli kullanımları vardır.

Hora sözcüğü için TDK; Rumca, birçok kişi tarafından el ele tutuşarak oyun müziği eşliğinde oynanan bir halk oyunu tanımını kullanmaktadır (www.tdk.gov.tr 28.05.2018)

Gazimihal hora sözcüğü için şunları aktarmaktadır; Horon sözcüğünden bozulmadır ve siyah anlamına gelmektedir. Oyuncular da bu renk giysiler giyerler. Romence'de de buna benzer bir kelime varsa da Horon saat anlamına gelir.

"Kanımca hora sözcüğünün sözlük anlamı bakımından Türkiye'de Deki, Tepki, Depmek, Tepmek, Dapmak, Tepme, Tepkime, Tekme sözcükleri ayağı ile vurmak anlamında kullanılmaktadır. Bazı kıyı bölgelerimizde, örneğin; Karadeniz, İstanbul, Tekirdağ, Edirne, Çanakkale, Ege ve bazı iç kesimlerde, Ürgüp, Nevşehir, Niğde yörelerinde hora, horo, hura sözcükleri bu Türkçe sözcüklerimizin başına eklenerek kullanılmaktadır. Örneğin Hora tepmek, hora dapmak gibi… Bazı yörelerde ise halay tepme, horon tepme, kasap tepme, bar depme gibi geleneksel kullanışlardan da faydalanılmakta bu uygunluk sağlanabilmiştir. Anlam olarak da benzer anlamı saklı tutmuştur. Ayak vuruşları ile yeri döverek oynanan oyunlarda bu deyimi görüyoruz. Bu oyunun Türk oyunlarından Rumlara geçmiş olduğu ve tüm oyun türlerimiz içinde bulunuşu ve ayakların yeri dövmek biçiminde oynanan her tür oyunlar içinde tüm deyimlerin bunu belirttiği, halk arasında çok yaygın olarak kullanıldığı, depki, hora oyunu oynandığı, bu oyunun Türk oyunu olduğunda kuşku bırakmamaktadır" (Demirsipahi, 1975: 260).

"Trakya bölgesinde el ele, kol kola, omuz omuza toplu olarak oynanan oyunlara "Hora" denmektedir. Bölgede erkeklere "kabadayı" denmektedir. Özellikle Kırklareli, Tekirdağ, Edirne ve çevresinde oynanan Halk Oyunlarının başlıcalarındandır. Daha çok bir erkek oyunu olan horaya çift davul, zurna eşlik eder" (Arda, 2008: 10).

Gazimihal (1991) hora, hor, hora alay, hora tepme, horan, horo kullanımlarını anlatmış ve hangisinin Türkiye'nin hangi bölgesinde kullanıldığını detaylı bir şekilde yer vermiştir. Burada da tüm kullanımların Türkiye'nin farklı bölgesine ait olduğunu anlatmıştır.

Görüldüğü gibi hora oyunları hora, hor, hurra, kor, horan gibi benzer kullanımlarla Türkiye'nin neredeyse tüm bölgelerinde görülmektedir. Bu yüzden biz hora oyunlarını karşılama türü oyunlar ile birlikte ayrı bir tür kapsamında ele almayacağız. Horalar ancak alt tür olarak ele alınmalıdırlar.

Karşılamalar halk oyunları içerisinde iki farklı şekilde kullanılmaktadır. Bir tanesi karşılıklı oynanan veya misafiri karşılarken oynanan oyunlardır. Bu bakımdan bakıldığında tüm Türkiye'de bu tarz oyunları görmekteyiz. Fakat bu yaklaşım sadece biçimsel ve form açısından yapılmış yaklaşımlardır, bilimsel bir değer taşımamaktadır. Diğer anlamda kullanılan karşılamalar ise tür olarak oynanan oyunlardır ki biz de bu yaklaşımın doğru olduğu düşüncesindeyiz. Çünkü bu türde oynanan oyunlardaki hareket ve müzik formları incelendiğinde diğer türlerden farklı bir karakteristik özellik gösterdikleri aşikârdır.

Karşılama; "Trakya ve Marmara bölgesinde oynanan bir halk oyunu veya bu oyunun müziği" (www.tdk.gov.tr 01.06.2018)

Karşılama ile ilgili ilk tanımı yapan Şerif Baykurt'un görüşlerini Cemil Demirsipahi (1975: 30) şu şekilde aktarmaktadır: "Daha çok Trakya ve Marmara (Edirne, Kırklareli, Tekirdağ, İzmit, Adapazarı, Çanakkale, Bursa, Bilecik; Bolu) bölgelerimizde rastlanan bir oyun çeşididir."

"Karşılamalarincelendiğinde, Türk Halk Müziği ve Türk Halk Oyunlarında görülmektedir. Bu karşılamalar bazen müzik bazen de müziğebağlı olarak oynanan oyun eşliğinde yapılır. Karşılama, bir genel isim olduğu gibi aynı zamanda bir oyun adıdır" (Arda, 2008: 9).

"Karşılama türü oyunların sadece dokuz zamanlı oldukları ve oyuncuların karşılıklı gelerek çizgi formunda ve birbirlerine hiç dokunmadan oynadıklarını görüyoruz. Hora türü oyunlar ise dokuz zamanlı dışında kalan ve iki zamanlıdan on zamanlıya kadar karşımıza çıkan, serçe parmaklardan, omuzlardan ve bazen de kuşaklardan tutularak oynanan oyunlar olarak görmekteyiz. Horalar biçimsel olarak, genelde daire, yarım daire ve bazen de çizgi formlarında oynanmaktadırlar. Oyunlarda işlenen temalar ise; birlik, beraberlik, güven, sevgi, aşk, yiğitlik ve kahramanlık olmuştur" (Özdinçer, 1998: 96).

"Adımsal ve hareketsel yapı dikkate alınarak karşılamalar hakkında genel olarak şunları söyleyebiliriz: Ayaklar çekilerek, topuktan tabana, topuk – pençe basarak, dizden yaylanarak ve pençede esnemeli kullanılır. Vücut yumuşak, kıvrak ve esnek kullanılır" (Gülbeyaz, 2005: 151).

Karşılama türü oyunlar kadın, erkek ve karma olarak icra edilir. Eller serbest olarak kullanılır ve elde sallama adı verilen mendil kullanılır. Geneli türkülü olan karşılama türü oyunlar tek kişi, iki kişi, grup halinde ve çizgi formunda oynanırlar. Trakya bölgesi dışındaki karşılamalarda ellerde kaşık kullanımına rastlanır. Bu oyunları birçok araştırmacı elde kullanılan kaşık nedeni ile "kaşıklı karşılama" veya "kaşık oyunları" gibi adlar altında farklı bir tür olarak ele almıştır. Fakat hareket yapıları, kullanılan kaslar ve ritmik yapı olarak aynı olan bu oyunları ayrı bir tür olarak ayırmak hiç de bilimsel bir yaklaşım değildir. Bu yüzden kaşıkla oynanan oyunlara karşılama türü altında yer verilmiştir.

Bölgede oynanan ve hora oyunları adı verilen oyunlar kadın, erkek ve karma olarak oynanır. Horalar daire veya çizgi formunda oynanır. Eller serbest, serçe parmaklardan, omuzlardan, kuşaktan tutarak ve horon tutuşlu olarak kullanılır. Türkülü ve türküsüz olup erkek oyunları daha ağır ve görkemli, kadın oyunları ise daha canlı ve hareketlidir.

Karşılama oyunlarına Marmara bölgesinin tamamı ile Ege bölgesinde Kütahya, Afyonkarahisar, Denizli, Uşak, İç Anadolu bölgesinde Eskişehir, Konya, Karaman, Akdeniz bölgesinde Isparta, Burdur, Antalya, Mersin, Karadeniz bölgesinde Düzce, Bolu, Zonguldak, Bartın, Karabük, Kastamonu, Sinop dolaylarında rastlanır.

Karşılamalara genel olarak davul, zurna, klarnet, sipsi, gayda, kabak kemane, çığırtma, kemane, tırnak kemençe, dört telli kemençe, tambura, bağlama, kaval, darbuka, kucak (koltuk) davulu, zilli maşa, zil eşlik eder.

### 2.4.1. Bursa Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Bursa yöresindeki oyunlar savaş oyunları (kılıç – kalkan), Rumeli oyunları ve Türkmen oyunları olmak üzere üç grupta görülmektedir. Yörede karşılama ve zeybek türü oyunlar görülmektedir. Yavaş oyunların çok görülmediği yöredeki oyunlar genellikle hareketli ve canlıdır.

Kılıç – kalkan oyunları melodisiz olup kılıcın kalkana vurulması suretiyle elde edilen ritim eşliğinde oynanır. Araştırmalara göre Orhangazi döneminde kurulan ordunun yaptığı savaş antrenmanlarının zamanla oyun halini almış şeklidir. Kaynaklara göre Orhangazi Bursa'yı fethettikten sonra askerler kente Kılıç Kalkan gösterisi yaparak girmiştir.

Rumeli ve Türkmen oyunlarında el veya kollar bağlı kullanılmaz, ellerde kaşık veya zil kullanılır. Kaşıkların saplarında iç içe geçmiş halkalar bulunur ve bu kaşıklara "tongurdaklı kaşık" adı verilir. Genel olarak oyunlarda neşe, sevinç, aşk, kahramanlık ve elem duyguları işlenmiştir.

Daire ve çizgi formlarının yoğun olarak kullanıldığı bölge oyunları kadın, erkek ve karma olarak oynanır. Oyunların tamamına yakını tek bölümlü olup türkülü olarak icra edilmektedir.

Erkekler başta fes veya etrafı ağabani sarılı keçe külah kullanılır. Bedende gömlek ve cepken giyilirken belde kuşak ve mendil kullanılır. Bacakta potur, şalvar, çakşır giyilirken ayakta çorap, çarık ve yemeni giyinilir. Takı ve aksesuar olarak silah, yağlık, kese, tozluk kullanılır.

Kadınlar hotoz denilen mevsim çiçeklerinin işlendiği bir başlık kullanırlar. Bedende köynek (gömlek), sim işli kadife cepken ve üç etek, belde ise kuşak veya kemer ile önde önlük kullanılır. Bacakta paça kısmı beyaz etamin üzerine işli top don (şalvar), ayakta ise çorap, çedik ve yemeni giyilir. Takı ve aksesuar olarak saç bağı, gıdıklık, yağlık, göğüslük, kolye, hamaylı kolyesi kullanılır.

Erkek kıyafetinde motif bulunmamakla birlikte başta kullanılan feste kırmızı ve siyah zigzag işlameler mevcuttur. Aksesuar olarak kullanılan heybenin ön yüzünde köşeler zincir motifleri ile çevrilidir. Ok motifleri köşelere yerleştirilmiş, ortasında ise çarpı şeklinde dört yönü gösteren artı motifi işlenmiştir. Kadın cepkeninin ön yaka kenarlarında renkli ipliklerle bitkisel motifler işlenmiş, pul ve bocuklarla süslenmiştir. Kol kenarları renkli şeritle süslenmiş ve şeritlerin üst kısmında ise kavak yaprağı motifi ile bezenmiştir. Kırmızı zeminli göğüslük üzerinde zigzag veya testere şeklinde pullarla işlenmiş üçgen motifler yer alır. Kıl ve yün dokumadan yapılan siyah önlük batik tekniği kullanılarak pullarla etrafı işlenmiştir. Bu teknikte önlükteki beyaz zeminli kısmın içerisine nohut tanesi bağlanır ve iyice sıkılarak boyanın içeri girmesi engellenir. Sıkılan yerler beyaz, diğer yerler ise siyah kalır. Bu işlemeye yörede "boyam hilesi" denilmektedir. Önlük üzerinde işlenmiş beyaz çiçek motifleri yer alır. Üç etek ve şalvar üzerinde çiçek motifleri bulunmaktadır. Çorap üzerinde ise renkli geometrik şekiller bulunmaktadır. Kadınlar başta üç parça halinde, boncuklarla işlenmiş fes (meldin)

kullanırlar. Mendillerin kaş üstüne gelen parçasına “kaş bastı” adı verilir ve üzerinde iç içe geçmiş dörtgen motifler yer alır.

Oyunlar genellikle davul, zurna, klarnet, düdük, kaval, bağlama, cümbüş, keman, kabak kemane, akordeon, kudüm, darbuka, nakkare, tef, bakır, zil ve kaşıktan oluşan çalgılar eşliğinde oynanır.

Oyunlar genel olarak 2, 3, 4, 9 (2+2+2+3) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 11. Bursa Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.4.1.1. Küçük Oyun

Erkeklerin daire formunda oynadığı ve ellerin serbest olarak kullanıldığı bir oyundur. Konusu aşkla ilgili olup türkülü bir oyundur. İki gencin birbirini sevmesi ve daha sonra da kavuşmasını konu edinmiş bir oyundur. Tek bölümlü olan oyuna başlamadan önce gezinleme adı verilen yürüme yapılarak bir nevi oyuna hazırlanılır.

### 2.4.1.2. Menevşe

Menekşe veya kız havası adı da verilen oyun kadın oyunu olup genellikle kına gecesinde oynanır. Tek bölümlü olan oyun elde kaşıklarla ve karşılıklı olarak eşli oynanır. Türkülü bir oyundur ve bazı yerlerde sadece türküsü gelini ağlatmak için de söylenir. Menekşe çiçeğinin açıp kapatmasını taklit eden oyunun hareketlerindeki salınarak yürümelerin gelinin oğlan evine gidişini simgelediğinden bahsedilir.

### 2.4.2. Kırklareli Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Karşılama türü oyunların yoğun olarak görüldüğü bölgede hora oyunlarının yanı sıra az da olsa zeybek türünde oyunlara da rastlanmaktadır.

Yöre oyunları Balkanlardan gelen göçmenlerin getirdiği kültür ile yerleşik halkın kültürünün harmanlanması ile ortaya çıkmıştır. Kadın, erkek veya karma olarak oynanan oyunlar düğünlerde, bayramlarda, özel günlerde ve tüm eğlence ortamlarında icra edilir. Genellikle çift davul ve çift zurna ile oynanan oyunlarda zurnanın bir tanesi dem tutarken diğeri melodiyi çalar. Tek veya iki bölümlü olan oyunların çoğunluğu türkülü olmakla beraber türküsüz olan oyunlar da vardır. Yörede görülen oyunlar aynı isim, melodi ve çok yakın hareketlerle Trakya bölgesindeki diğer illerde de oynanmaktadır.

Karşılama türü oyunlarda eller bağlı değil serbesttir ve elde sallama adı verilen mendil kullanılır. Geneli tek bölümlü olan oyunlar eşli, çizgi formunda, karşılıklı olarak ve simetri ayakla oynanır. Hora tarzı oyunlarda ise eller serbest veya küçük parmaklardan, omuzlardan, belden veya kuşaktan tutularak icra edilir. Tek veya iki bölümlü olan hora oyunları daire veya çizgi formunda oynanır.

Erkekler başta etrafı dolak adı verilen kumaş sarılı fes kullanırken bedende beyaz zemine çizgili mintan (gömlek), işlemeli cepken, kartal kanat giyinirler ve belde bordo kuşak kullanırlar. Bacakta işlemeli potur, ayakta beyaz çorap, yemeni, çetik ve çarık giyinirler. Takı ve aksesuar olarak elde sallama, boyunda mendil ve kuşakta yağlık kullanılır.

Kadınlar başta yazma, çevre, krep, tülbent kullanırken bedende içlik, mintan (gömlek), işlemeli salta, basma veya atlas kumaştan sırma işlemeli cepken giyinirler. Bacakta ağı aşağıda basma veya divitinden şalvar ile belde uçkur ve peşkir, önde futa (önlük) kullanılır. Ayakta beyaz çorap, çetik, yemeni ve çarık giyinilir. Takı ve aksesuar olarak kolye, beşi bir yerde, küpe ve gül kullanılır.

Erkek cepken ve kartal kanadının önünde, arkasında, kenarlarında, etek ve kollarında siyah kordon iplikle yoğun şekilde işlenmiş olan bitkisel motif ve bezemeler görülmektedir. Aynı işlemeler şalvarın bel ve paça kısımlarında da bulunur. Paça

kenarları ile arka kısmı ise siyah kordonlarla çevrilmiştir. Boyundaki yağlık ve beldeki mendil üzerinde çiçek, gül, dal, yaprak motifleri gibi çeşitli bitkisel desenler ile bezelidir. Kadın mintanın ön kısmında, cepkenin yaka, yan ve kollarında simli kordon iplikle çeşitli bitkisel motifler bezelidir. Şalvarın ön ve dış yanı ile paçalarında simli kordon iplikle çeşitli bitkisel motifler bezelidir. Şalvarın arka kısımda simli kordon iplikle işlenmiş spiral ve kıvrımlı dalga motifleri yer alır. Yağlık üzerinde çiçek, gül, dal, yaprak motifleri gibi çeşitli bitkisel desenler bulunmaktadır.

Oyunlara genel olarak davul, zurna, klarnet, bağlama, darbuka, def, keman eşlik eder.

Oyunlar genel olarak 2, 4, 5 (2+3), 6 (2+2+2) (4+2) (2+4), 7 (3+2+2), 9 (2+2+2+3) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 12. Kırklareli Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.4.2.1. Ahmet Bey

Erkeklerin düğünlerde oynadığı, hora tarzı, iki bölümlü, türkülü ve ellerin serçe parmaklardan tutularak oynandığı bir oyundur. Birinci bölümü yavaş olup daire formunda, ikinci bölümü ise hızlı ve yerinde oynanır.

#### 2.4.2.2. Süleyman Ağa

Kadın ve erkeklerin birlikte karşılıklı olarak çizgi formunda oynadığı, karşılama türü oyundur. Eller serbest olarak kullanılır ve elde sallama (mendil) ile oynanır. Tek bölümlü ve türkülü bir oyundur.

### 2.4.3. Tekirdağ Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Karşılama türü ve hora oyunlarının yoğun olarak görüldüğü bölgede az da olsa zeybek türünde oyunlara da rastlanılmaktadır. Balkan oyunları ile oldukça benzerdir ve birçok oyun halen Batı Trakya ve özellikle Bulgaristan'daki Türk azınlık tarafından da oynanmaktadır.

Karşılama türü oyunlarda eller serbest kullanılırken hora tarzı oyunlarda eller serbest, serçe parmaklardan, omuzlarda, belden ve kuşaktan tutularak oynanır. Eller serbest iken sallama denilen mendil kullanılır. Karşılama oyunları çizgi formunda, hora oyunları daire ve çizgi formunda icra edilir. Tek veya iki bölümlü oyunların oynandığı yörede oyunlar kadın, erkek ve karma olarak oynanır. Oyunların geneli türkülü olup türküsüz olan oyunlar da vardır.

Erkekler başta uçları püsküllü sarığın dolandığı fes, tata (şapka) kullanırken bedende beyaz gömlek, cepken, ceket ile belde kırmızı kuşak kullanırlar. Bacakta diz kapağından aşağısı daralan, paçaları düğmeli potur giyilirken ayakta çorap ile çetik, çarık ve yemeni giyilir. Takı ve aksesuar olarak boyunda mendil, zincirli köstek, kuşakta yağlık ve para kesesi kullanılır.

Kadınlar başta grep, yazma, çit kullanırlar. Bedende mintan (gömlek), fistan, entari, peşli, önlük, işlemeli cepken ve bindallı giyilirken belde kuşak veya kemer ile arkada ferace kullanılır. Bacakta ağı diz kapağının altında şalvar ile ayakta çorap ile çetik, çarık ve yemeni giyilir. Takı ve aksesuar olarak kolye, beşi bir yerde, yağlık, fıta, para kesesi ve mendil kullanılır.

Erkek cepken ve kartal kanadının önünde, arkasında, kenarlarında, etek ve kollarında siyah kordon iplikle yoğun şekilde bitkisel motif ve bezemeler işlenmiştir. Aynı işlemeler şalvarın dış yan kısmında da bulunur. Paça kenarları ile arka kısmı ise siyah kordonlarla çevrilmiştir. Boyundaki yağlık ve beldeki mendilin kenarları zigzag

işlemelidir. Yağlık ve mendilin orta kısımlarında ise bitkisel motifler ile çiçek demeti işlenmiştir. Kadın cepkeninin ön, arka ve kol bölümlerinde sarı sim iple çeşitli bitkisel motifler işlenmiştir. Şalvarın dış yanlarında da aynı teknikle benzer motif ve süslemeler bulunmaktadır. Belde kullanılan kemerde de aynı motifler yer almaktadır. Gömleğin yaka ve kolları çiçek motifleri ile dolguludur.

Genel olarak oyunlara davul, zurna, klarnet, bağlama, keman, darbuka ve def eşlik etmektedir.

Oyunlar genel olarak 2, 4, 5 (2+3), 6 (4+2) (2+4), 7 (3+2+2), 9 (2+2+2+3) (2+3+2+2) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 13. Tekirdağ Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.4.3.1. Arzu ile Kanber

Musul, Kerkük ve Balkanlarda da bilinen Arzu ile Kanber'in hikâyesinin oyun haline getirilmiş şeklidir. Trakya'nın tamamında oynanan bir oyundur. Kadın erkek karma olarak oynanılır. Hora tarzı olan oyun iki bölümlü ve türkülüdür. Oyunun ilk bölümü yavaştır ve gittikçe hızlanarak devam eden oyunun ikinci bölümü hızlıdır. Daire formunda, ellerin omuzlardan tutularak ve son bölümde de elerin serbest olarak kullanıldığı bir oyundur.

## 2.5. Zeybek Türü Halk Oyunlarının Genel Özellikleri

Zeybek kelimesi ve oyunları için bir takım araştırmacı aslen Yunan kökenli olduğunu ileri sürmekle beraber birçok araştırmacı da Türklere ait olduğunu iddia etmektedir.

"Tarihi belgelerin ışığı altında, bir kere ZEYBEK kelimesinin özbeöz Türkçe olduğu meydandadır. ZEYBEK, bir anlamiyle de: 'Ele avuca sığmayan insan' demektir. Bu oyunların tutunup yaşatıldığı bir, iki Yunan adasındaki görünüşü karşısında hiçbir Helen bilgini ve dilcisi çıkıp da; kelimenin Türkçeden başka bir köke ait olduğuna dair bir satır bile yazmamıştır. Tam tersine olarak (Türkikos) adı ile bu oyunları, biraz da kendi havalarına ve karakterlerine uydurarak bizden aldıkları kesin olarak ifade edilebilir. Zeybeklik ve Zeybek oyunları; Ege Denizinin ilk Türkmen konuklarının açmış oldukları yep yeni erlik ve yiğitlik çığırıdır. Rum araştırmacılardan Ehloros adında birinin 1889'da yazdığı (Türkçeden Rumcaya) kamusunda; 'ZEYBEK, ZEYVEKOS, İzmir civarındaki Türk aşiret sakilerine verilen addır' diyor ki en doğru tarif budur" (Ataman, 1975: 134).

"En eski Türkçede 'z' ile başlayan kelimeler bulunmadığı için, 'zeybek' sözünün yabancılardan alındığını mevsimsiz bir hüküm halinde düşünülebilirdi. Fakat Türk kültürüne mücavir (komşu) dillerden hangisinde bu kelimeyi her bakımdan andıran bir kelime vardır ki, bir zamanlar o komşudan bu sözü alabilelim? Böyle düşünüp de etraflı araştırmalar yaptığımız zaman kelimenin küçük söyleniş farklarıyla benzerlerinin yine Türkçede bulunduğunu görüyoruz: Zaybak, sapak gibi bazılarının (dansla ilgisi olmasa da) emsal kabilinden alfabetik dizinimize aldık. Morfolojik (yapı) bakımından kelime o kadar Türkçe'dir" (Gazimihal, 1997: 219).

Mahmut Ragıp Gazmihal (1997: 216) Ankara'da Türkistan Sesi Dergisini çıkartan Türkistanlı Mehmet Emin Buğra'nın Zeybek kelimesi ile ilgili görüşlerini şu şekilde aktarmaktadır: "Doğu Türkistan'da ve Afganistan'ın ekseriye Türklerle meskûn olan Bedahşan vilayetinde olmak üzere Zeybek adlı iki köy vardır." Yine Gazmihal (1997: 219) zeybek kelimesi ile ilgili olarak şunları aktarmaktadır: "Zeybek, zorba veya zuba kelimesinden bozulmadır. Zeybek, Seymen'in bir söyleyiş çeşididir. Zeybek, Semağ kelimesinin ze'leşmesiyle meydana gelmiştir. Zeybek kelimesinin aslı Özbek veya Uz Bek'tir. Çağatay Sözlüğü'nün yazarı Şeyh Süleyman Efendi, farklı hareketlerle

okunmak şartıyla Zibak, Zaybak ve Zıbık kelimelerini tek maddede toplamıştır: Zibk (İstanbul)".

"Genellikle Batı Anadolu'nun esas oyunları Zeybek oyunlarıdır: 'Zeybek deyimi için, Kamus-u Türkî şunları yazmaktadır: Hafif silahlı ve muhafazai asayişe memur eski bir sınıf Asker, Aydın Hüdavendigâr ahalisi ki, Efe denilmekte maruf olup, garip kıyafetleri vardır'" (Ataman, 1975: 82).

"Bilindiği gibi, eski ve Anadolu'ya yerleşen ilk Türklerde asker ve orduya 'SÜ' denirdi. Bundan türemiş pek çok kelime arasında 'SUBAŞI' (Ordu Komutanı), 'SÜ – BE' (Ordugâh – Karargâh) ve bir de Subay anlamına gelen 'SÜ – BEK' sözcüğü bulunmaktadır. Nitekim günümüzde aynı anlamda SU – BAY olarak kullanılmaktadır. Bu sözcükteki 'S' harfinin sertleşerek 'Z' haline geldiği kabul edilirse, sözcüğün 'ZÜ – BEK' ve dil akıcığıyla Ziybek – ZEYBEK şekline dönüştüğü ortaya çıkar" (Çine, 1994: 4).

A. Haydar Avcı (2001: 27) zeybek hakkında Sabahattin Türkoğlu'nun görüşlerini "Eski Türkçede subay anlamına gelen 'sü – bek' de, 'kolbeyi' anlamına gelen zeyl-i beğ sözcüklerinden geldiğini iddia eder" şeklinde aktarmaktadır.

Buradan da anlaşılacağı gibi zeybek kelimesi ve buna bağlı olarak zeybek oyunlarının Türklere ait olduğu açıkça görülmektedir. Aynı zamanda zeybek oyunlarının oynandığı bölgelerde yaşayanların Yörük ve Türkmen oldukları da göz önünde bulundurulduğunda zeybeğin de zeybek oyunlarının da tamamen Türklere ait olduğunu söyleyebiliriz.

"Zeybek; Ege yöresine özgü bir müzik veya oyun türü" (www.tdkgov.tr 05.06.2018)

"Büyük Türk Lügatinde ise 'Aydın ve Bursa halkına verilen isimdir' diye geçmektedir. Kelime olarak Zeybek deyiminin kökü hakkında çeşitli yakıştırmalar vardır. Bütün bunlar, hiç olmazsa Zeybek bölgesinin alanını çizmektedir ki, o da Kuzeyde Marmara havzasında başlayarak, Antalya körfezine kadar uzanan bütün Batı Anadolu bölgesi, merkezi Bursa olan Hüdavendigâr, merkezi İzmir olan Aydın ili, Teke sancağı, bu günkü Antalya ve diğer Batı illerini içine alan bölgedir" (Ataman, 1975: 82).

“Zeybek Oyunları: Dadaşlarla bar çeşitlerinin ilişkisi ne idiyse Zeybeklik ile kendi oyunları arasındaki münasebet de odur” (Gazimihal, 1997: 222).

“Zeybek oyununa çıkan oyuncu, ortaya geldikten sonra parmaklarını açarak avuç içini yere yapıştırır. Sonradan birbirine sürtmeden silkeler. Bu eylem için iki düşünce ileri sürülmüştür. Birincisi elin terini silmek ve parmaklarının şaklatmasını sağlamak için yapılır derken ikinci görüş bunun bir ayin kalıntısı olduğunu savunur” (Demirsipahi, 1975: 358).

“Zeybeğin kollarını yukarı kaldırmasındaki amacın yırtıcı kuşların kanatlarını taklit etmesi olduğu biliniyor. Bu taklit edilenle aynı özellikleri taşıma isteğinden kaynaklanır. Hatta geleneksel zeybek giysisinde ‘kartal kanat’ isminde bir parça bulunmaktadır. İşte bu noktada ellerini yere temas ettirip havaya kaldıran zeybek oyunu sırasında yerden yükselerek, gökyüzünde uçuyor izlenimi veriyor, olabilir” (Çiğdem, 2003: 80-81).

Zeybeklik geleneği Anadolu’nun batısında geniş bir bölgede yaşamış ve kısmen de olsa halen yaşamaya da devam etmektedir. Bu gelenek kendi içerisinde kızan, zeybek ve efe olmak üzere üçe ayrılır. Sırasıyla önce kızan, sonra zeybek ve en son da efe olunabilir.

“Kızan, efe ve zeybek olabilmek için yiğitlik gösteren efe ve zeybek adaylarıdır. Sözlük anlamıyla kızan; erkek çocuk, delikanlı, silahlı köy delikanlısı demektir. Batı Anadolu’da ‘karı – kızan’ deyimine de rastlanır. Bu da ‘Bir evde yaşayan bütün ev halkı’ demektir. Kızan sözcüğü araştırmacı yazar Mahmut Ragıp Gazimihal’e göre Kafkaslara kadar uzanır” (Hasbek, 1998: 24).

Efenin buyruğu altındaki gence, hafif silahlı eski bir sınıf askere, hafif tüfekçi askerine, Özbekçede silahlı kişiye, çok eski bir Türk kabilesinden olan halka zeybek denmektedir.

Hikmet Vefik Paşa’nın zeybek kelimesi ile ilgili görüşünü Ataman (1975: 82) şu şekilde aktarmaktadır: “Hafif tüfekçi askeri, Devlet-i Selçukiye zamanında Teke ve Aydın taraflarından Mısır’a celbolunan Zaptiye askeridir.”

“Zeybekler kendi aralarında cesaretçe, bahadırlıkça temayüz edenleri efe diye anarlar” (Demirsipahi, 1975: 344).

Zeybek; “Efe; Yiğit, özellikle Batı Anadolu köy yiğidi, Ağabey, Kabadayı” (www.tdkgov.tr 05.06.2018)

“Efe sözcüğünün ise, yaklaşık bütün sözlüklerde genellikle yiğit, özellikle köy yiğidi, mert, korkusuz anlamlarına geldiği açıklanmaktadır. Bununla birlikte efeliğin kabadayılık, baş eğmemek, diklenmek, kafa tutmak anlamlarına geldiği de belirtilmektedir. Efe sözcüğüyle ilgili kimi kavramlar türetilmiştir ki, bunlardan biri ‘efe yürüyüşü’, diğeri ‘efelik’tir” (Avcı, 2001: 30).

“Günümüzde de efe kelimesi yurdumuzun hemen hemen her yerinde kullanılır. Aynı zamanda ebe, abo kelimeleri de yaşatılır. Trakya’da Apa ‘Ağabey’, Erzurum’da Efe ‘Baba’, Ege bölgesinde de Efe; yiğit, mert ve cesur, kabadayı olarak tanımlanır” (Hasbek, 1998: 22).

“Batı Anadolu’da yaygın olarak tek ya da grup halinde ve tutunmadan oynanan bir türdür. Bu oyunlara ayrıca ‘Efe Oyunları’ da denmektedir. Efelik bir müessesedir ve kendine göre kademeleri vardır. Ağırlıklı olarak Ege bölgesinin İzmir, Aydın, Denizli, Afyon Karahisar, Balıkesir, Muğla yörelerinde zeybeklerin tek ya da toplu olarak oynadıkları bir oyun çeşididir. Zeybek oyunları tek olarak oynandığı gibi, teklerden meydana gelen bir topluluk halinde de oynanmaktadır. Teklerin meydana getirdiği topluluk, çoğu zaman bir daire halinde düzenlenir. Bu bölge yiğitlerinbaşkanlarına ‘efe’, yiğitlerine ‘zeybek’, daha gençlerine ‘kızan’ denir. Zeybek oyunları aynı zamanda kadınlar tarafından da oynanmaktadır” (Arda, 2008: 8).

Zeybek türü oyunlar ağır zeybek, yürük zeybek, kıvrak zeybek, teke zeybeği (teke zortlatması) gibi alt türlere ayrılmaktadır.

Ağır zeybekleri efeler oynar. Bu yüzden genel olarak ağır ve oturaklı olup, topuktan tabana basarak, dönmeli, dizleri yukarı çekip bırakarak yürümeli ve diz vurularak çökmeli hareketler kullanılır. Kollar omuz ve baş hizasında, iki yana doğru açık pozisyonda, kollar dirseklerden hafif bükük olarak kullanılır. Dizlerin yukarı çekilerek yürünmesi, büyük adımların atılması, yere doğru belden öne eğilip bir dizin yere vurulması en belirgin hareketlerdendir. Efenin oyunu bölünmez, bozulmaz ve efeye oyun anında eşlik edilemez. Bunların olması efeye yapılan bir hakaret olarak algılanır ve böylesi bir durum kavga sebebidir hatta olay ölüme kadar götürülür. Eller serbest

olarak kullanılır ve parmak şaklatılarak oynanır. Oyunlara başlamadan önce gezinleme denilen bölüm vardır. Bu kısımda hareketler serbest olup oyuna, oyun alanına ve müziğe alışma evresi olarak tanımlanabilir. Sözler genellikle bu bölümde söylenir. Genel olarak 9 zamanlı ve 3+2+2+2 ritmik düzümde olmaları en belirgin özelliklerindendir. Aslen erkeklerin oynadığı ağır zeybeklerde tek başına oynanmasına rağmen günümüzde grup halinde de oynanmaktadır.

Yürük ve kıvrak zeybekler grup halinde oynanır. Bu oyunları zeybekler ve kızanlar oynar. Kızanların grubu zeybeklere göre daha kalabalıktır. Ritmik yapı ve hareketler ağır zeybeklere oranla daha hızlı ve seridir. Fakat vücut kullanım teknikleri ağır zeybeklerle aynıdır. Genellikle taklitli ve şahsi hareketler görülmektedir. Sözlü veya sözsüz olarak icra edilirler. Sözler oyun başındaki gezinleme bölümünde olabildiği gibi oyun içerisinde de kullanılabilir. Genellikle erkek oyunu olmakla beraber kadınlar da oynayabilirler. Eller genel olarak serbest ve geniş çevrilerek kullanılmaktadır. Bununla beraber nadiren de olsa küçük parmaklardan ve omuzlardan tutularak da oynanan oyunlara rastlanılmaktadır. Ellerin bağlı olduğu oyunları sadece kızanlar ve kadınlar oynarlar. 2, 4 ve 9 zamanlı oyunlardır.

Teke zeybeklerine tek zortlatması adı da verilir. Vücut kullanım tekniği aynı olmakla beraber ritmik yapı ve hareketler çok daha hızlıdır. Eller serbest olarak kullanılır. Oyun ellerde kaşıkla oynanır, eğer kaşık yoksa el şıklatılmalıdır. Genel olarak sözlü olarak oynanan teke oyunları kadın, erkek veya karma olarak oynanır. Genellikle 9 zamanlı olup 2 ve 4 zamanlı olanları da vardır.

"Anadolu'nun güney kesimlerinde (İçel, Isparta, Burdur, Antalya), Teke Türkmenlerince oynanan oyunlara 'Teke oyunları', bu oyunların müziklerine de 'Teke havası' denilmektedir. Teke oyunları bölgesinin en tanınmış oyunlarındandır. Bu oyunda tekenin davranışları ortaya konmaktadır. Genelde Yörüklerin yaylalarda oynadıkları eğlence amaçlı oyunlardır. Açık alanlarda ve kapalı mekânlarda oynandığı görülmüştür. Karma oynanan oyunlardır. Özellikle zorlatmalarda 'Teke'den etkilenip öykünmelerin onun hareketlerini anlattığı düşünülmektedir. Bedenin tümü tamamen hareketlidir. Bu tür danslarda, belirgin olarak, göze çarpan tavır özelliği, çok kıvrak oluşudur. Bu kıvraklık yöre ezgilerinin çok coşkulu ve aynı kıvraklıkta olmasından kaynaklanır" (Arda, 2008: 9).

Genel olarak zeybek oyunlarını erkekler ve kadınlar ayrı oynamakla beraber karma olarak birlikte oynandığı da görülmektedir. Geneli türkülü olmakla birlikte türküsüz olanları da mevcuttur. Zeybek oyunları tek kişi, iki kişi veya grup olarak oynanır. Aynı isimli zeybek oyununu diğer illerde de görmek mümkündür. Bu tarz oyunlarda müzik ve hareketler çok ufak farklılık göstermelerine rağmen genel olarak aynıdır. Zeybek oyunlarına davul, zurna, klarnet, sipsi, kaval, bağlama, cümbüş, ud, kabak kemane, darbuka, kucak (koltuk) davulu eşlik eder.

Zeybek oyunları Ege ve Marmara bölgelerinin tamamı ile Akdeniz bölgesinde Isparta, Burdur, Antalya ve Mersin dolaylarında görülür. Ayrıca İç Anadolu'da Eskişehir, Ankara, Çankırı, Kırıkkale, Kırşehir, Nevşehir, Niğde, Aksaray, Karaman ve Konya dolayları ile Batı Karadeniz bölgesinde Bolu, Düzce, Zonguldak, Karabük, Bartın, Kastamonu ve Sinop dolaylarında da oynanmaktadır.

### 2.5.1. Aydın Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Zeybek türü oyunların yoğun olarak oynandığı bölgede kadın oyunları arasında karşılama türü oyunlar da oynanmaktadır. Oyunlar düğün, bayram, özel gün gibi tüm eğlence ortamlarında oynanır.

Erkek oyunları genellikle açık alanda, kadın oyunları ise kapalı alanda oynanır. Erkek oyunlarında mertlik ve yiğitlik temaları işlenirken, hareketlerde atılganlık, çeviklik ve soğukkanlılık ile kararlılığın sembolü olan yere sağlam basmalar göze çarpmaktadır. Oyunlarda ani sıçrayarak atlamalar ve heykel gibi sabit duruşlar bulunmaktadır. Ani sıçramaların düşmana yapılan atakları temsil ettiği ileri sürülmektedir. Özellikle ağır zeybek oyunları oynanmadan önce gezinleme bölümü yapılıp sonunda eller toprağa ve vücuda sürülür. Bunun topraktan bereket ve kuvvet almak amacı yapıldığı söylenmektedir. Ayrıca elleri toprağa sürmek ellerin daha iyi şıklamasını da sağlar. Oyun tek başına oynanıyorsa, oyuna başkası eşlik etmez ve oynayan oyunu bitirene kadar müzik kesilmez. Solo, ikili ve grup halinde oynanır. Grup oyunlarında oyuna birlikte kalkılır ve birlikte bitirilir. Oyun esnasında oyuna katılmak veya oyundan ayrılmak ayıp ve terbiyesizlik olarak algılanır. Eller baş hizasında ve serbest olarak kullanılır.

Kadın oyunlarının geneli sözlüdür. Sözler çalanlar, oynayanlar veya izleyenler tarafından söylenebilir. Eller serbest olup omuz, göğüs ve kulak hizasında olacak pozisyonlarda kullanılır. Hareketler pençede, esnemeli olarak yapılıp kendi ekseninde dönmeler yoğun olarak kullanılır. Kendi ekseninde dönüşler ile çevreye bereket saçıldığına inanılır. Kadın oyunları darbuka eşliğinde veya "çengi" adı verilen çalgı gurubu eşliğinde oynanır. Kadın oyunları erkek oyunlarına kıyasla çok daha esnek, zarif, kıvrak ve cilvelidir.

Erkekler başta koza denilen püsküllü fes ve üzerine oymalı kefiye, yemeni sarılı sarık kullanırlar. Bedende yakasız gömlek (zıbın), camadan, cepken, mintan, yelek giyilirken belde geniş bir kuşak kullanılır. Bacakta dize kadar dar, düğmeli ve işlemeli potur, dizlik ile ayakta çorap, çizme, çarık ve yemeni giyinilir. Çarık veya yemeni ile tozluk kullanılır. Takı ve aksesuar olarak kuşak, yağlık, muska, pazubent, silahlık, silah, pala kullanılır.

Kadınlar başta gümüş tepelikli fes, oyalı krep üzerine üstlük denilen beyaz örtü (uladu) kullanılır Bedende içlik, gömlek, göğüslük, üç etek, fermile, cepken giyilirken belde saçaklı, püsküllü kuşak, kemer, peştamal ile önde önlük kullanılır. Bacakta göncek, don veya koca don adı verilen şalvar giyilirken ayakta çorap ile yemeni, çarık giyilir. Takı ve aksesuar olarak arkalaç, bel bağı, kolye kullanılır.

Erkek cepken ve kartal kanadının ön, arka ve kollarında siyah kordon iplik ve sutaşı ile işlenmiş çeşitli bitkisel bezemeler bulunmaktadır. Şalvarın ön ve arka bölümlerinde de siyah kordon iplik ve sutaşı ile işlenmiş çeşitli bitkisel motif ve bezemeler bulunmaktadır. Tozluk komple siyah kordon iple çiçek motifleri ile bezenerek işlenmiştir. Fes ise çiçek görünümlü oyalar ile süslenmiştir. Kadın cepkeninin yaka ve kol kenarları sarı kordon iplik ile çevrilidir. Cepkenin ön, arka ve kolları ise sarı kordon iplik ile işlenmiş bitkisel motifler ile bezelidir. Üç eteğin tüm parçalarının kenarları sarı simli iple zigzag şeklinde çevrilmiştir. Bele takılan peşkir çam kozası, yaprak, dal gibi çeşitli bitkisel motifler ile bezenmiştir. Çoraplarda ise zigzag şeklinde desen ve bitkisel motifler dokunmuştur.

Oyunlara genel olarak en az çift zurna, çift davul, bağlama, tambur, çobandüdüğü, dilsiz kaval, düdük, keman, kabak kemane, klarnet, cümbüş gibi çalgılar eşlik eder. Darbuka

ve tef kadın çalgısı olarak kabul edildiğinden erkek oyunlarında kullanılmaz, sadece kadın oyunlarında kullanılır.

Oyunlarda daire ve çizgi formları kullanılır. Genel olarak 2, 4, 9 (3+2+2+2) (2+2+2+3) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 14. Aydın Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

#### 2.5.1.1. Ataköy Zeybeği

Eski ismi Damderesi olan Karacasu ilçesi oyunlarındandır. Oyuna "Damderesi Zeybeği" adı da verilir. Yörüklerin yoğun olarak yaşadığı bölgenin oyunu olması sebebiyle tavırsal olarak Yörük kültürünün ağır bastığı bir oyundur. Ağır zeybek olup sadece erkekler tarafından oynanılır. Daire formunda, elerin serbest olarak kullanıldığı tek bölümlü bir oyundur. Sadece Aydın değil civar illerde de aynı isim ve melodi ile oynanmaktadır.

### 2.5.2. Burdur Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Bölge oyunlarının kendine özgü karakteristik bir yapısı vardır ve teke zeybeklerinin (zortlatma) merkezi olarak bilinir. Ayrıca özellikle kadın oyunları arasında karşılama türü oyunlarda görülmektedir. Kadın, erkek ve karma olarak oynanan yöre oyunlarının neredeyse tamamı türkülüdür ve her türkünün bir oyunu vardır. Ellerin serbest olarak kullanıldığı oyunlarda kaşık olmazsa olmazlardandır. Oyunlar yöresel isimlendirmeleri ile çiftli yürüme, tekil yürüme, dönme, çökme ve dönerek çökme gibi hareketlerden

oluşur. Teke zortlatması tepsi, tencere kapağı, leğen, darı ve dümbelek gibi sazlarla çalınıyorsa buna "dımıdam" adı verilir.

Dağlık bir arazi yapısına sahip olan bölgede keçi ve küçükbaş hayvan yetiştiriciliği daha elverişlidir. Yöre oyunlarının hareketlerine bakıldığında sıçramalar, zıplamalar, dönmeler, kol ve ayakların aktif kullanımı göze çarpmaktadır. Bu hareketlerde keçiden ilham alındığı, keçinin taklit edildiği açıkça görülmekte ve ifade edilmektedir.

Telez, iki bin rakımlı yaylalarda yetişen, tel gibi ince bir otun adıdır. Keçi ve özellikle koyunlar bu otu yerlerken sevinçlerinden oynarlarmış. Bu hareketleri çobanlar besteleyerek "telezotlatma" havasını bulmuşlardır. Telez otlatmanın, teke zortlatmayı çağrıştırması, hayvanların bu hareketlerinden esinlenerek aynı hareketleri taklit ederek, teke zortlatmalarının ortaya çıkmış olabilecekleri ve Yörükler arasında yaygınlaşmış olabileceğini üzerine görüşler vardır. Burdur'un Dirmil, Aziziye ve Kozağaç civarında bu oyunlara, türkülerinde sıkça geçen menevşe kelimesi nedeniyle "menevşeli", Antalya civarında ise "boğaz", "boğaz havası" veya "boğaz gaydası" da denilmektedir.

Erkekler başta etrafına püsküllü poşu sarılmış, tepesi püsküllü fes kullanılırken bedende gömlek, mintan, yelek, camadan, cepken ve belde yün kuşak kullanırlar. Bacakta dize kadar kısa şalvar giyilirken ayakta uzun çorap ve çarık kullanılır. Takı ve aksesuar olarak zincirli köstek saat, kaytan ve kaşık kullanılır.

Kadınlar başta fes ve üzerinde yazma, pullu destar, pullu oyalı yazma, poşu kullanırlar. Bedende şal gömlek, yakalık, üç etek, yelek, cepken, bindallı giyinilirken belde püsküllü kuşak veya kemer ile önde önlük kullanılır. Bacakta ağı aşağıda (bileklerde) işlemeli şalvar ile ayakta çorap, yemeni, citari giyinirler. Takı ve aksesuar olarak püskülü kaytan, kolye, muska, peştamal kullanılır.

Erkek cepkeninin tüm kenarları siyah kordon iplikle, testere adı verilen üçgen motifle çevrilidir. Cepkenin ön, arka ve kollarında siyah kordon iplikle dolgulanmış şal deseni ve çeşitli bezemeler yer alır. Kuşağın üzerine sarılan kolonda ise yaba ve kaydırmalı su motifleri görülür. Çoraplar üzerindeki zigzag ve üçgen motifler, çorap örülürken yapılmıştır. Kadın cepkeninin tüm kenarları siyah kordon iple çevrilidir. Cepkenin ön, arka ve kollarında siyah kordon iplik ile yapılmış bitkisel bezemeler bulunmaktadır.

Beldeki dokuma kuşak üzerinde yaba motifi yer alır. Önlük üzerine stilize çiçek motifleri işlidir. Çorap üzerinde geometrik desen dokunmuştur.

Oyunlara genel olarak davul, zurna, bağlama, ud, cümbüş, keman, darbuka, dümbelek, kaşık, kabak kemane, zil, çifte, klarnet, sipsi ve gayda eşlik eder.

Daire ve çizgi formunda oynanan oyunlar genel olarak 2, 4 ve 9 (3+2+2+2) (2+2+2+3) zamanlarda oynanır.



**Fotoğraf 15. Burdur Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.5.2.1. İğnem Düştü

"Kadın Zeybeği" veya "Kadın Kırması" diye adlandırılan İğnem Düştü kadın oyunu olup türkülü oyunlarımızdandır. Zeybek formunda, tek bölümlü ve karşılıklı olarak oynanan oyunda eller serbest olup kaşık kullanılmaktadır. Oyun aynı isimle civar illerde ve bölgelerde de oynanmaktadır.

### 2.5.2.2. Kezban Yenge

Kadın oyunlarından olan oyunun ismi "Şu Curamın Telinden" olarak da bilinir. Karşılıklı oynanan, ellerin serbest olarak kullanıldığı, tek bölümlü ve türkülü bir oyundur. Hızlı ve kollar sürekli olarak dirsekten aşağı yukarı hareket ettirilerek oynanır. Sadece Burdur'da değil civar illerde özellikle de teke oyunlarının oynandığı bölgede aynı isim ve melodi ile oynanmaktadır.

Oyunun hikâyesi şu şekilde aktarılmaktadır: Yörede kız isteneceği zaman, sevilen bir kişi veya muhtar aracı (dünürcü) yapılır. Dirmil'de kız istemeye giden bir delikanlıya istediği kız verilir. Kezban isimli kızın komşusu işi bozar. Sonra erkek kızı tekrar ister ve alır ama Kezban işi tekrar bozar. Bu olay birkaç kez tekrarlanır ve sonunda kızın ailesi kızı başkasına verir. Bu olay üzerine oğlanın akrabası olan bir ozan "Muhtar mı Oldun Kezban Yenge" diye bir türkü yakar ve türkü zamanla oyuna dönüşür.

#### 2.5.2.3. Serenler Zeybeği

Aslen erkek oyunu olan Serenler Zeybeği oyunu, diğer teke zeybeklerine nazaran tempo olarak biraz daha yavaştır. Daire formunda, ellerin serbest olarak kullanıldığı, türkülü bir oyundur. Türkü dinlenme bölümlerinde okunur ve türkü okunurken oyun oynanmaz, gezinleme yapılır. Burdur iline ait bir oyun olmasına rağmen civar illerde de aynı isim ve melodi ile oynanmaktadır.

### 2.5.3. Denizli Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Denizli yöresinde zeybek türü ile az da olsa karşılama türü oyunlarını görmekteyiz. Denizli halk oyunları bakımından Aydın, Muğla ve teke zeybeklerinin etkisinde kalmış bir yöremizdir. Bu nedenden dolayı halk oyunları açısından özellikle zeybeklerin tüm çeşitliliğini bünyesinde barındırmaktadır.

Erkek oyunlarına "efe oyunları", kadın oyunlarına ise "kız oyunları" adı verilmektedir. Oyunların kadın, erkek ve karma olarak oynandığı yörede türkülü ve türküsüz oyunlar görülmektedir. Erkek oyunlarının bir kısmı ile kadın oyunlarının tamamı türkülüdür. Ellerin serbest olarak kullanılır. Teke oyunlarında elde kaşık kullanılır.

Erkekler başta tepesi düz külah, kozalı fes, oyalı poşu (yazma) giyinirken bedende gömlek, mintan, cepken, kartal kanat giyinirler ve belde Trablus kuşağı kullanırlar. Bacakta kısa şalvar (potur) giyinirken ayakta çorap, körüklü çizme, yemeni giyinilir. Yemeni giyinilirse tozluk kullanılır. Takı ve aksesuar olarak yağlık, köstek, silah, kolan, oyalı mendil kullanılır.

Kadınlar başta üzerine yazmanın sarılı olduğu turalı fes, tül, yemeni kullanırlar. Bedende göynek, üç etek, cepken, fistan giyinirken belde kemer, kuşak (peştamal) ve

önde önlük kullanılır. Bacakta şalvar giyinilirken ayakta çorap, papuç, çarık, yemeni giyinirler. Takı ve aksesuar olarak kolye, dolak, yağlık kullanılır.

Erkek cepken ve kartal üzerinde siyah renkli kordon iplikle, kıvrımlarla oluşturulmuş süslemeler yer alır. Aynı süslemeler, aynı teknikle şalvar ve tozluk üzerinde de bulunmaktadır. Fes çiçek motifli oyalarla süslenmiştir. Kadın cepken üzerinde sarı simli iplikle ve sarı sutaşı ile işlenmiş dairesel kıvrımlar, çeşitli bitkisel motifler ve koçboynuzu motifleri yer alır. Daire sonsuzlık, ölümsüzlük ve ruhun sembolüdür. Önlükte çiçek açmış bahar dalları deseni işlenmiştir. Çoraplar eşkenar dörtgen (baklava) motifleri ile bezelidir.

Genel olarak oyunlar davul, zurna, klarnet, bağlama, cümbüş, tef ve darbuka eşliğinde oynanmaktadır.

Oyunlar genel olarak 2, 4 ve 9 (3+2+2+2) (2+2+2+3) zamanlarda oynanır.



**Fotoğraf 16. Denizli Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.5.3.1. Cemilem

Denizli yöresine ait, teke zeybeği tarzında, türkülü bir oyundur. “Gaydırı Gubbak Cemile” olarak da bilinen türkü bu oyuna aittir. Yörenin dağlık ve meşelik olması gerek sözlerde gerekse hareketlerde tasvir edilmiştir. Oyun, aynı isim ve melodi ile farklı bölgelerde de oynanmaktadır. Daire ve karşılıklı formların kullanıldığı oyun karma olarak oynanmaktadır.

Oyunun hikâyesi şu şekilde anlatılmaktadır: Cemile isimli bir kızın düğününde yanlışlıkla bir cinayet işlenir ve damat hapse düşer. Damat tarafı “uğursuz” olduğu

gerekçesiyle gelini istemez ve Cemile baba evine gönderilir. Daha sonra Ümmet isimli, üç çocuklu ve eşi ölmüş bir kişi, Cemile ile evlenmek ister fakat Cemile evlenmek istememektedir. Bunun üzerine Ümmet, Cemile'yi kaçırır ve dağa kaldırır. Bir süre sonra evlenmeyi kabul ettiğini söyleyen Cemile, babası Koca Memiş'i çağırmalarını ve düğün yapılmasını söyler. Düğün kurulur, baba Koca Memiş de düğüne çağrılır. Baba Koca Memiş düğüne jandarma ile gider ve kızını kurtarır, Ümmet ise tutuklanıp hapse atılır. Olay üzerine türkü yakılır ve kısa zamanda da türkü oyun haline dönüşür.

#### 2.5.3.2. Tavas Zeybeği

Tavas Zeybeği oyunu adını Tavas ilçesinden almaktadır. İlçenin eski ismi Yarengüme'dir ve bölgenin idaresi eskiden Tavasoğulları sülalesindedir. Oyunun ve bölgenin isminin bu sülaleden geldiği rivayet edilir. Denizli erkek zeybekleri içerisinde en yaygın olan oyunu olup, bölgenin tüm karakteristik özelliklerini bünyesinde barındırmaktadır. Müzikteki hızlanma ve yavaşlamaların savaşı, mücadeleyi ve barışı simgelediği ileri sürülmektedir. Eski Tavas Zeybeği ve Yeni Tavas Zeybeği diye iki farklı oyun zaman içerisinde oluşmuştur. Oyun, civardaki tüm illerde aynı isimle oynanmaktadır.

### 2.5.4. İzmir Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Zeybek türü oyunlar denildiğinde ilk akla gelen yörelerden bir tanesi İzmir bölgesidir. İzmir bölgesinde ağırlıklı olarak zeybek oyunları oynanmakla beraber kadın oyunları arasında karşılama türü oyunlara da rastlanılmaktadır. Erkek zeybeklerinin geneli ağır zeybek olup az miktarda yürük zeybeklere de rastlanır. Bölgedeki diğer illerde teke oyunları görülmekte olup İzmir'de teke oyunlarına rastlanılmaz. İzmir zeybekleri Menemen, Bergama ve Ödemiş olmak üzere kendi içerisinde hareket kullanım açısından üç bölgeye ayrılır.

Erkeklerin oynadığı oyunlara "Erkek Zeybeği", kadınların oynadığı oyunlara "Kadın Zeybeği" adı verilir. Erkek oyunları aslen tek oynanan oyunlardır ve genellikle daire formunda oynanır. Kadın oyunları ise genellikle grup halinde oynanmakta olup daire ve çizgi formunda oynanır. Erkek oyunlarının bir kısmı ile kadın oyunlarının neredeyse tamamı türkülüdür. Erkek oyunlarında türküler genellikle gezinleme bölümünde okunmakla beraber oyun içerisinde de söylenebilir. Kadın oyunlarında ise türkü, oyunla

eş zamanlı olarak söylenir. Erkek oyunlarında yiğitlik, mertlik, başkaldırı hareketleri ön planda olmakla beraber kol kullanımı kartalı taklit eder şekilde kullanılmaktadır. Hareketlerde sertlik ön planda olup kadın hareketleri ise esnek, zarif ve kıvraktır.

Eller genel olarak serbest kullanılmakla beraber bazı erkek oyunlarında omuzlardan tutularak da oynanılır. Kadın oyunlarında ise eller serbest kullanılırken kaşık kullanımı yok denecek kadar azdır.

Erkekler başta poşu denilen oyalı kefiye, sarih fes veya kabalak kullanırlar. Bedende abdestlik denilen gömlek (zıbın), camadan, cepken, mintan, yelek giyilirken belde geniş bir kuşak kullanılır. Bacakta çaşir manevragi denilen dize kadar işlemeli potur ile ayakta çorap, körüklü çizme, çarık, yemeni giyinirler. Çarık veya yemeni ile tozluk kullanılır. Takı ve aksesuar olarak yağlık, muska, pazubent, silahlık, silah, pala, fişeklik kullanılır.

Kadınlar başta gümüş tepelikli fes, oyalı ve baskılı yazma kullanırlar. Bedende içlik, gömlek, göğüslük, üç etek, cepken giyinirler ve belde kuşak, kemer, peştamal kullanırlar. Bacakta göncek, don, koca don adı verilen şalvar giyilirken ayakta çorap, yemeni ve çarık giyinirler. Takı ve aksesuar olarak arkalaç, bel bağı, kolye kullanılır.

Erkek cepken ve kartal kanat ve tozluk üzerinde siyah kordon iple çeşitli motifler yoğun olarak işlenmiştir. Aynı işlemeler şalvar üzerinde kahverengi kolon iple görülmektedir. Mendil ise çiçek demeti deseni işlenmiştir. Silahlık üzerinde metal düğmelerle geometrik şekiller bulunmaktadır. Fesin tüm çevresi büyük çiçek motifli oyalarla süslenmiştir. Kadın cepken ve arkalacının üzerinde sarı simli iplikle spiral, dairesel kıvrımlarla yapılmış, dal, çiçek, yaprak, motifleri işlenmiştir. Beyaz kuşak, dallar üzerine stilize edilmiş bitki motifleri bezelidir.

Oyunlara çift davul, çift zurna ile klarnet, bağlama, cümbüş, keman, kabak kemane, def, darbuka, kaval eşlik eder. Oyunlar genel olarak 2, 4, 9 (3+2+2+2) (2+2+2+3) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 17. İzmir Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.5.4.1. Eski Harmandalı Zeybeği

Daire formunda, ellerin serbest kullanıldığı, tek bölümlü bir oyundur. Eski Harmandalı ve Yeni Harmandalı olmak üzere iki ayrı harmandalı oyunu oynanmaktadır.

"Zeybek çeşitlerinin epey zamandır en yaygını ve en çok oynanılanı olarak tanınıyor. Aynı isimdeki eskisiyle hiçbir alakası yoktur. Şimdiki Harmandalı oyun havasını 1916'da Çanakkale'de Ahmet Yekta Madran merhum yazmıştı. Sözleri Kurtuluş Savaşı'nda o havaya benimsetilerek Harmandalı Zeybek Oyun Havası diye gün gördü… Eski ve yeni Harmandalı çeşitleri arasında figür unsurları bakımından 'Üç başlangıcı' gibi müşterek (ortak) taraflar yok değildir. Yeni Harmandalı da Ege yöresinde az çok farklarla oynanır" (Gazimihal, 1997: 12-13).

Erkek ve kadınlar ayrı olarak oynarlar. Ege bölgesinin tamamında, aynı isim, melodi ve benzer hareketlerle oynanan bir oyundur.

### 2.5.4.2. Hantuman

İzmir Menemen bölgesine ait bir oyundur. Kazazede ismi de verilmekte olup erkekler tarafından oynanır. Düşman mevzilerine yaklaşma ve savaşmayı taklit ve tasvir eden bir oyundur. Bir rivayete göre Kurtuluş Savaşı'nda bacaklarını kaybeden bir gencin oynadığı oyun olarak bilinir. Diğer zeybek oyunlarından en belirgin farkı dizler üzerinde sürünerek oynanır. Bölge illerinde aynı isim ve melodi ile oynanmaktadır.

### 2.5.5. Kırklareli Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Karşılama türü oyunların yoğun olarak görüldüğü bölgede az da olsa zeybek türünde oyunlara da rastlanmaktadır.

Yöre oyunları Balkanlardan gelen göçmenlerin getirdiği kültür ile yerleşik halkın kültürünün harmanlanması ile ortaya çıkmıştır. Kadın, erkek veya karma olarak oynanan oyunlar düğünlerde, bayramlarda, özel günlerde ve tüm eğlence ortamlarında icra edilir. Genellikle çift davul ve zurna ile oynanan oyunlarda zurnanın bir tanesi dem tutarken diğeri melodiyi çalar. Tek veya iki bölümlü olan oyunların çoğunluğu türkülü olmakla beraber türküsüz olan oyunlar da vardır. Karşılama türü ve hora oyunları görülür. Yörede görülen oyunlar aynı isim, melodi ve çok yakın hareketlerle Trakya bölgesindeki diğer illerde de oynanmaktadır.

Zeybek formu oyunlar Ege zeybeklerinden farklı olarak iki veya üç bölümlüdürler. Ağır olarak başlar ve giderek hızlanır. Yani birinci bölüm zeybek formu, diğer bölümleri hora ve karşılama formu şeklinde icra edilir. Eller serbest olarak kullanılır, tek veya iki kişi tarafından oynanılır. İki kişi oynadığında karşılıklı oynanır ve ayaklar simetri olarak kullanılır. Bu tarz oyunlar erkekler tarafından oynanır. Bazı araştırmacılar bu oyunları "hora oyunları" altında değerlendirmektedirler. Fakat hareket yapıları incelendiğinde Bengi Zeybekleri ile benzer oldukları için zeybek türü altında incelemek doğru olacaktır.

Erkekler başta etrafı dolak adı verilen kumaş sarılı fes kullanırlar. Bedende çizgili gömlek (mintan), işlemeli cepken ve kartal kanat giyinirler ve belde bordo kuşak kullanırlar. Bacakta işlemeli potur, tozluk ve ayakta beyaz çorap, yemeni, çetik ve çarık giyinirlir. Takı ve aksesuar olarak boyunda mendil, kuşakta yağlık, silahlık, piştov, tütünlük, muska kullanılır.

Kadınlar başta yazma, çevre, krep, tülbent kullanırlar. Bedende içlik, mintan (gömlek), işlemeli salta, basma veya atlas kumaştan sırma işlemeli cepken giyinirler. Bacakta ağı aşağıda basma, divitin veya kadife şalvar ile belde uçkur ve peşkir, önde ise futa (önlük) kullanılır. Ayakta çorap, çetik, yemeni ve çarık giyilir. Takı ve aksesuar olarak kolye, beşi bir yerde, küpe ve gül kullanılır.

Erkek cepken ve kartal kanadının önünde, arkasında, kenarlarında, etek ve kollarında siyah kordon iplikle yoğun şekilde işlenmiş olan bitkisel motif ve bezemeler görülmektedir. Aynı işlemeler şalvarın bel ve paça kısımlarında da bulunur. Paça kenarları ile arka kısım siyah kordonlarla çevrilmiştir. Tozlukta da siyah kordon iple işlenmiş çeşitli motifler yer alır. Kadın mintanının ön kısmında, cepkenin yaka, yan ve kollarında simli kordon iplikle çeşitli bitkisel motifler bezelidir. Şalvarın ön ve dış yanı ile paçalarında simli kordon iplikle çeşitli bitkisel motifler yer almaktadır. Şalvarın arka kısımda simli kordon iplikle işlenmiş spiral ve kıvrımlı dalga motifleri yer alır. Yağlık üzerinde ise çiçek, gül, dal, yaprak motifleri gibi çeşitli bitkisel desenler bulunmaktadır.

Oyunlara genellikle davul, zurna, klarnet, bağlama, darbuka, def, keman ve kanun eşlik eder.

Oyunlar genel olarak 2, 4, 5 (2+3), 6 (2+2+2) (4+2) (2+4), 7 (3+2+2), 9 (2+2+2+3) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 18. Kırklareli Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.5.5.1. Zigoş

Zigoş, şuan Yunanistan sınırları içerisinde kalan, Drama bölgesinde yer alan bir köyün ismidir. Oradan göç eden Türklerin getirdiği bir oyun olarak bilinmektedir.

Karşılıklı, ellerin serbest olarak kullanıldığı, üç bölümlü bir oyundur. Oyun yavaş olarak başlayıp gittikçe hızlanan bir tempoda oynanır. Birinci bölüm zeybek, ikinci bölüm hora ve üçüncü bölüm karşılama formundadır. Erkeklerin oynadığı bir oyun olup karşılıklı ve eşli olarak oynanır.

### 2.5.6. Mersin Yöresi Halk Oyunları ve Oyun Kültürü

Mersin ilinde zeybek, karşılama ve halay türü oyunlar oynanmaktadır. Zeybek oyunları genellikle yürük zeybek ve teke zortlatmaları şeklinde görülmektedir. Zeybek oyunları özellikle Silifke, Anamur, Mut civarındaki konar – göçer Türkmenler tarafından oynanmaktadır. "Hayvancılığa dayalı bu kültürün ve yayla hayatının getirdiği birlik beraberliğin oyunlarda kendisini gösterdiği söylenebilir" (Bali, 2017: 84). Eller serbest olarak kullanılır ve oyunlar kaşıklarla oynanır. Zeybek oyunları hikâyeli ve türkülüdür.

Halay türü oyunlar ise Adana'ya yakın bölgelerde, Tarsus ve civarında oynanmaktadır. Halaylar eller serçe parmaklardan, halay tutuşlu, omuzlardan tutarak veya eller serbest kullanılarak oynanır. Halay oyunlarının geneli türküsüz olup türkülü oynanan halaylar da vardır.

Erkekler başta "goka" adlı püsküllü bir başlık giyerler. Bedende hâkim yaka gömlek, cepken, kolları koltuk altından bileğe kadar açık aba giyinilirken belde, üst kısmı siyah veya kahverengi işlemeli kuşak kullanılır. Bacakta dizden aşağı gidilikçe daralan, işlemeli şalvar giyilirken ayakta uçları ponponlu, diz altına kadar çıkan uzun çorap ve yemeni giyinilir. Takı ve aksesuar olarak kaytan, boyun bağı (yağlık) ve elde kaşık kullanılır.

Kadınlar başta terlik, kep, krep, tepelikli fes giyinip üzerine beyaz ve oyalı yazma örterler. Bedende iç göyneği, üç etek, işlemeli cepken (salta) giyilirken belde Trablus kuşağı veya kemer ile önde önlük kullanılır. Bacakta paçaları işlemeli şalvar giyilirken ayakta çorap, yemeni, edik (çizme) giyilir. Takı ve aksesuar olarak alınlık, saç bağı, sırma, kolye, muska ve elde kaşık kullanılır.

Erkek cepkeninin ön ve arka yüzü sarı iplikle yapılmış, çeşitli bitkisel motifler ile dolguludur. Cepkenin kol, yaka, ön ve arka yani tüm kenarları sarı iple çevrelenmiştir. Şalvarın diz bölgesinde sarı iple dairesel işlemeler bulunmaktadır. Bu dairelerden

bazılarının içleri renkli iplerle doldurulmuştur. Çorapların üst kısmı ponponlarla süslenmiş olup dış tarafında dal tarzı işlemeler bulunmaktadır. Kadın cepkeninin ön, arka ve kollarında simli iplikle işlenmiş, bitkisel motifler bulunmaktadır. Cepkenin tüm kenarları sarı iple çevrelenmiştir. Dokumadan yapılmış olan önlüğün üzeri yatık "S" harfi ya da çakmak olarak bilinen motifler ile dolguludur. Şalvarın paça kısmının ön yüzeyi ise çeşitli bitkisel motiflerle bezelidir.

Oyunlara genel olarak davul, zurna, klarnet, sipsi, kaval, koltuk davulu, darbuka, çömlek darbuka, bağlama ve kabak kemane eşlik etmektedir.

Daire ve çizgi formlarının kullanıldığı bölge oyunları kadın, erkek ve karma olarak icra edilmektedir. Oyunlar genel olarak 2, 4, 9 (2+2+2+3) ve (3+2+2+2) zamanlarda oynanmaktadır.



**Fotoğraf 19.Mersin Yöresi Erkek ve Bayan Geleneksel Giyim – Kuşam Fotoğrafları**

### 2.5.6.1. Ham Çökelek

Ham Çökelek oyunu yörede "Ger Ali" ismiyle de bilinmektedir. Taklitli hareketlerin bulunduğu oyun türükülüdür. Hareketli ve durmalı şaklinde oynanmakta olup, beklenildiği kısımlarda sözler okunmaya başlar ve yavaş hareketlerin yapıldığı kısımlarda söylenmeye devam eder. Sözlerdeki yoğurt, ayran, çökelek gibi kelimelere dayanarak Ham Çökelek olarak da bilinmektedir.

Bali (2017: 88) oyunun hikâyesini şu şekilde aktarmaktadır: Ger Ali isminde, bölgede herkes tarafından sevilen, sayılan ve tanınan bir eşkıya yaşarmış. Anası ve babası acaba oğlumuz eşkıyalıktan vazgeçer mi umuduyla oğullarını Hediye isminde bir kızla evlendirmişler. Düğünden birkaç ay sonra Ger Ali, Dudu isminde bir hanım daha almış. Zamanla iki kadının isteklerini karşılayamaz olan ve bu duruma dayanamayan Ger Ali işi türküye, oyuna dökmüş, döne döne oyunlar oynamaya başlamış. Kâh oynamış kâh söylemiş. Yani bir nevi işi deliliğe, vurdumduymazlığa dökmüş. O günden sonra da oyun bölgede Ger Ali ismiyle oynanır olmuş.

Karşılıklı ve daire formunda oynanan oyun türkülü bir oyundur. Ellerin serbest olarak kullanıldığı, kaşıklarla oynanan, oyun tek bölümlü bir oyundur.

#### 2.5.6.2. Silifke'nin Yoğurdu

Bölgede hayvancılık ve buna bağlantılı ürünler genel geçim kaynaklarının başında gelmektedir. Silifke'nin yoğurdu yörede ünlü ve çok sevilen bir yiyecektir. Türkülü olarak oynanan bu oyunda da yoğurdun yapılışı baştan sona hem anlatılmakta hem de hareketlerle tasvir edilmektedir. Bereketi ve kadın – erkek birlikte iş yapmayı, paylaşmayı ve yardımlaşmayı vurgulayan bir oyundur.

Karma ve karşılıklı olarak oynanan oyun, tek bölümlü, ellerin serbest kullanıldığı ve kaşıklarla oynanan bir oyundur.

# BÖLÜM 3. ANATOMİ, FİZYOLOJİ VE KİNESİYOLOJİ

"Vücudumuzun yapı ve işleyişini anlamada bize yardımcı olan, temel bilgileri edinmemizi sağlayan iki bilim dalı vardır. Bunlar anatomi ve fizyoloji bilim dallarıdır. Canlı varlığın yapısını araştıran anatomi" (Ayral, 1965: 1) "canlı vücudunu oluşturan ve belirli görevleri üstlenen organ ve oluşumların yerini ve yapısını inceler. Fizyoloji ise bu yapıların işlevlerini incelemekte ve açıklamaktadır. Anatomi, vücudumuzun gözle görülebilen ana hatlarından, modern cihazlar aracılığıyla görülebilen en küçük yapısal birime kadar geniş bir çalışma alanına sahiptir. Hareket sistemi ise; insan vücuduna belirli bir biçim veren ve ona hareket ederek yer değiştirme olanağı sağlayan sistemdir. Bu sistem üç kısımdan oluşur: İskelet, eklem ve kaslar. Kemik ve eklemeler, kendi başlarına hareket edemezler, ancak sabit bir şekil ve kaslar için tutunma noktası sağlarlar. Kemiklere tutunan kaslar ise insan hareketini yaptıran asıl unsurlardır" (Aydın, 2006, İnsan Anatomisi…: 3-45). "Vücut postürü de; birkaç vücut segmentinin esnek eklemler tarafından bir araya gelerek sinir – kas sistemi ile kontrol edilmesinin ürünüdür. Günlük hayatta, konuşurken ayakta beklerken, vb. gibi doğal duruşlar sırasında, vücut sürekli düşük genlikli, yavaş salınımlı ve tüm vücut hareketleri ile karakterize edilen postural değişimler göstermektedir. Bu değişimler özellikle sportif etkinliklerde önemlidir. Dans antrenmanları da ise daha fazla motor gelişim sağlayarak ve alt ekstremitelerin daha fazla doğru pozisyon duyusunu geliştirerek postural salınımı azalttığı düşünülmektedir" (Şimşek ve Ertan, 2011: 81-86).

"Hareket insan vücudunun şekil ve fonksiyonunun bir temelidir. Çeşitli duruş ve hareketler birbirinden farklı tarzlar ifade eder. Kendi iç dünyasını dışa aktarmak için fiziksel/bedensel ifadeleri kullanılır. Dansın fiziksel araçları adımlar ve hareketlerdir. Sekme, koşma, zıplama, hoplama, dönme, kayma ve yürüme günlük hayatta kullandığımız hareketler olmanın yanında dansın ve halk oyunlarının da temelleridir. Bunun yanında her bir hareket birbirinden bağımsız ve bulunduğu ülkeye hatta il ve ilçelere göre de farklılıklar göstermektedir. Ayrıca insan bedenindeki hareket ve denge sağlamadaki yeteneği kemikler, eklemler ve kaslar aracılığı ile sağlanır" (Andrews, 2002: 15; Ötken, 2011: 71).

“Fiziksel aktivitelerinde insan vücuduna olan etkileri de göz ardı edilmemelidir. Nitekim aktif yaşam, fiziksel aktivitenin günlük rutinler içine entegre edildiği bir yaşam tarzıdır. Yürüme, koşma, sıçrama, kol – bacak hareketleri ve baş – boyun hareketleri gibi temel vücut hareketlerinin tümünü ya da bir kısmını içeren çeşitli spor dalları, dans, egzersiz, oyun ve gün içindeki aktiviteler fiziksel aktivite olarak kabul edilmektedir” (Bulut, 2013: 209). “Ayrıca fiziksel aktivite, “spor” kelimesi ile eşanlamlı olarak da algılanmaktadır. Oysaki fiziksel aktivite, günlük yaşam içinde kas ve eklemlerin kullanılarak enerji harcaması ile gerçekleşen, kalp ve solunum hızını artıran ve farklı şiddetlerde yorgunlukla sonuçlanan aktiviteler olarak tanımlanmaktadır” (Bek, 2008: 3). “Fiziksel aktivitenin sağlığın geliştirilmesi ve korunması kapsamında her geçen gün önemi artmaktadır. Bu doğrultuda istenilen sağlık yararlarının elde edilebilmesi için bireyin sevdiği bir egzersizi tercih etmesi ve bu egzersizlerin, amacına uygun sıklık, şiddet ve sürede planlanarak sürdürülebilirliği sağlanmalıdır” (Can, Arslanve Ersöz, 2014: 8).

“Her geçen gün düzenli yapılan fiziksel aktiviteler ve hareketler, sağlık için önemi daha belirginleşmektedir. Fiziksel aktiviteler ve hareketler; kasların, kemiklerin, eklemlerin, kalp – damar sistemi ve fonksiyonlarının en uygun şekilde çalışmasını sağlamaktadır. İnsan bedeni özel yetenekleri olan mükemmel bir varlıktır. Merkezi sinir sistemi yaşam dinamizmini kontrol eder. Kalp, yaşam boyu düzenli olarak vücuda kan pompalar. Sürekli egzersizlerle solunum sindirim, boşaltım ve iskelet kas sistemlerinin istenen düzeyde tutulması sağlanır. Uzun süre hareketsiz kalan insan bedeni hareket yeteneğini kaybeder ve sağlık problemleri doğurabilir” (Erkan, 1998: 43). “Sistemli yapıldığında spor egzersizleri elbetteki kaslar üzerinde etkilidir. Roux’a göre kaslar, yapılan egzersizlerle üç şekilde gelişim gösterir. Kas kuvvetinin gelişimi, kas kesitinin kalınlığına bağlıdır. Reizma, iskelet ve kalp kasları üzerine yaptığı çalışmada; kas lifi kalınlığı 20 – 50 mikrondan kalın olursa kas lifi sayısında çoğalma olabileceğini saptamıştır” (Muratlı, 1976: 56). “Kas lifleri; Tip I, yavaş kasılan lifler, bu tipe sahip olan sporcular, dayanıklılık sporlarında başarılıdır. Tip II, çabuk kasılan liflere sahip olan sporcular ise sürat ve kuvvete dayanan spor dallarında başarılıdırlar. Spor egzersizleri sonucunda yapılan çalışma özelliğine göre kas liflerinde bir gelişme görülür” (Akgün, 1989: 45). “Müller ve Hettinger; dinamik olarak yapılan tüm beden alıştırmalarında, %75 – 90 arası yüklenmelerin, kas kuvvetini geliştirdiğini

söylemektedirler. Rarik'e göre ise %80 yüklenmelerle yapılan çalışmalar kas kuvvet gelişimini artırır" (Muratlı, 1976: 56). "Bir kasın çapı, yüksek gerilimde uyarılar verilmesiyle büyür. Enerji depolarının büyümesi ve kılcal damarlarının genişlemesi kas dayanıklılık yeteneğini sağlar. Çabukluk sağlayan uyaranlarla, kasın kasılma hızı yükselebilir" (Sevim, 1997'den aktaran Demir ve Filiz, 2004: 109). "Gelişen ve sağlıklı olan kaslar kemik ve eklem yapısı üzerine olumlu etkiler bırakarak vücut düzgünlüğü ve farkındalığını geliştirerek bedeni ile barışık, özgüvenli bireyler yaratır" (Bek, 2008: 13).

### 3.1 Anatomi

Anatomi; insan vücudunun normal yapı ve şeklini inceleyen bilim dalıdır. Bu inceleme;

- Vücudu kendi içerisinde sistemlere ayırır.
- Sistemlerin her bir elemanı gerek mikroskobik gerek makroskobik olarak inceler.
- Yapıları arasındaki ilişkileri inceler. Fonksiyonel sonuçlara ulaşır.

Türk Dil Kurumuna göre hareketin farklı alanlara göre farklı tanımları vardır. Halk oyunları alanına göre; "Vücudu oynatma, kıpırdatma veya kımıldanma", spor alanına göre; "Kas ve eklemlerin, belli doğal şartlar içerisinde işlemeleri sonucu vücut bölümlerinde düzenli ve olumlu etkilerle oluşturdukları yer değişimi" (http://www.tdk.gov.tr 20.11.2014)

"Her hangi bir cismi (insan vücudunu) şekil, yapı ve durumun normal olup olmadığını anlamak için onlara ait normal olarak kabul edilen ölçülere sahip olmamız gerekir.

İnsan topluluklarında çok küçük ortam da bile beraber yaşan insanlar arasında dışarıdan görülebilen çeşitli organların şekil ya da büyüklüklerinde bazı farklılıklar gözlenebilir. Ortam genişletilir ve birbirinden uzakta yaşayan kültürü beslenmesi iklimi farklı insanlarla karşılaştırırsak bu ayırımların arttığını görürüz.

Bu farklılıklar görünüşle kalmayıp organlarda da görülmektedir. İnsanların birbirinden farklı olması canlıya has bir özelliktir. Anatomide VARİABİLİTET denir.

Bütün canlılar arasında çeşitli organların normal şekil ve durumlarını tespitinde sınırları çizmek zordur" (www.pilatesfederasyonu.com 15.01.2018)

### 3.1.1. “Anatominin Alt Bilim Dalları

1) **Sistematik Anatomi:** Sistemi meydana getiren organlar ve dokulardan bahseden anatomidir.
2) **Cerrahi Anatomi:** Anatominin cerrahideki tatbikatına denir.
3) **Yüzeysel (Surface) Anatomi:** Canlılar üzerinde organları elle, gözle, radyoskopi, radyoloji, endeskopik olarak inceler.
4) **Karşılaştırmalı (Comparative) Anatomi:** Canlıdaki organları karşılaştırmalı olarak inceler.
5) **Mikroskobik Anatomi (Histoloji):** Dokuları mikroskopla inceler.
6) **Devalopmental (Gelişim) Anatomi (Embriyoloji):** Ovum (Yumurta) un spermatozik (Tohum) tarafından aşılandıktan sonra uterus (Rahim) içerisindeki gelişme dönemini inceleyen bilim dalıdır.
7) **Topoğrafik Anatomi:** Vücudu eşitli bölgelere ayırarak, o bölgedeki organ ve dokuları inceler.
8) **Patalojik Anatomi:** Hasta olan organ ve dokuları inceler.
9) **Fizyolojik Anatomi:** Organların çalışmalarını inceler.
10) **Estetik Anatomi:** İstirahat ve hareket halindeki dış görünüşü, değişiklikleri ve sebeplerini inceler. Özellikle Hareket Sistemini inceler
11) **Klinik Anatomi:** Tıbbi cerrahi ve uygulamalı topoğrafik anatomiye ait bilgilerin klinikte kullanan anatomidir.
12) **Uygulamalı Anatomi:** Hareket sistemini ele alır” (www.pilatesfederasyonu.com 15.01.2018).

## 3.2. Kinesiyoloji (Hareket Bilimi)

“İnsan hareket sisteminin yapı ve özelliklerini, bu özelliklerin hareket anındaki tesirlerinin çeşitli hareketleri, yer, konum ve zamanla olan ilişkilerini, hareketlerdeki sınırlamaları, hareket prensiplerini içeren daldır” (http://memohome.blogcu.com/kinesiyoloji-hareket-bilimi/1905912 23.03.2018).

### 3.2.1. “Kinesiyolojinin Alt Bilim Dalları

1) **Anatomik Kinesiyoloji:** Vücudun yapı, şekil, sistem, organ ve dokular arası ilişkileri inceler.

2) **Fizyolojik Kinesiyoloji:** Hareketi biyolojik ve biyokimyasal açıdan inceler.
3) **Psikolojik Kinesiyoloji:** İnsan hareketlerini psikolojik açıdan inceler.
4) **Mekanik Kinesiyoloji (Biomekanik):** Hareketi; zaman, boyut, güç, kuvvet, sürat, ivme, kütle gibi mekanik kavramlar açısından inceler
5) **Gelişim Kinesiyolojisi:** Büyüme, fiziksel gelişme Atrophy, ufalma, fiziksel erime Hypertrophy gibi canlıda görülen hareketliliği inceler.

Anatomik Duruş: Baş dik, alın önde, gözler ileri, kollar yanda sarkık ve avuç içleri öne dönük, ayaklar bitişik öne ve hafif yana doğru olan duruştur" (http://memohome.blogcu.com/kinesiyoloji-hareket-bilimi/1905912 23.03.2018).

### 3.2.2. Yönler

#### 3.2.2.1. Boşlukta Yönler

**Vertical:** Dik dikey

**Sagital:** Önden arkaya doğru

**Hernizontalis:** Yere paralel ileriye doğru

**Transvesus (Transversalis):** Enine uzanan enlemesine

**Medius, Median, Medialis:** İçte yanda bulunan

**Lateris:** Dış yanda bulunan

**İnternus:** İç

**Externus:** Dış

**Anterior:** Önde bulunan

**Posterior:** Arkada bulunan

**Venteralis:** Karna doğru

**Dorsalis:** Sırta doğru

**Dexter:** Sağ

**Sinister:** Sol

**Longitunalis:** Boylamasına uzanan

**İntermedikus:** Arada bulunan

**Superior:** Üstte bulunan

**İnferior:** Altta bulunan

**Superfisyal:** Yüzeysel

**Profundus:** İç doku

**Frontalis:** Ön, alına ait

**Perpheralis:** Çevresel

(http://memohome.blogcu.com/kinesiyoloji-hareket-bilimi/1905912 23.03.2018).

**3.2.2.2. Taraflarla İlgili Yönler**

**Proksimalis:** Gövdeye yakın

**Distalis:** Gövdeden uzak

**Ulnalis:** Ulna kemiğine doğru

**Radialis:** Radius kemiğine doğru

**Tibialis:** Tibia kemiğine doğru

**Fibualis:** Fibula kemiğine doğru

**Palmalis:** Avuç içine doğru

**Plantalis:** Ayak tabanına doğru

**Carnialis:** Kafatasına doğru

**Cautalis:** Kuyruk sokumuna doğru (http://memohome.blogcu.com/kinesiyoloji-hareket-bilimi/1905912 23.03.2018).

### 3.2.2.3. Hareket Yönleri

**Flexion:** Kapama, bükme

**Extenion:** Açma, germe

**Abduction:** Orta hattan uzaklaştırma

**Adduction:** // // yakınlaştırma

**Rototion:** Dönme

**Circumdiction:** Dairesel dönme

**Supinasyon:** Ön kolda içten dışa dönme

**Pronotion:** // // dıştan içe //

**Elevotion:** Yükseltme

**Depression:** Bastırma

**Protraction:** Omuzların içe dönmesi

**Retration:** // dışa //

**İnvertion:** Ayak bileğinde içe dönme

**Evertion:** // // dışa //

(http://memohome.blogcu.com/kinesiyoloji-hareket-bilimi/1905912 23.03.2018).

"Kinesiyolojide hareket izafi bir değere göre açıklanır. Anatominin yaklaşımında ise vücudumuzda olduğu kabul edilen eksenler vardır.

Bu eksenlere Ana (Cardinal ) eksen denmesi için eksenlerin vücut ağırlık merkezide kesişmeleri gerekir. Vücut ağırlık merkezinden geçmeyen eksenlere Seconder eksen denir" (http://memohome.blogcu.com/kinesiyoloji-hareket-bilimi/1905912 23.03.2018).

1) **Vertical eksen:** Vücudun en uzun ekseni olup anatomik duruşta dikey doğrultudadır.

2) **Transvers eksen:** Anatomik duruşta soldan sağa ve ya sağdan sola doğru uzanan Vertical eksenle dik kesişen eksendir.
3) **Sagital eksen:** Anatomik duruşta önden arkaya doğru uzanan diğer2 eksenle dik kesişen eksendir.

### 3.2.3. Vücut Ağırlık Merkezi

İnsan vücudunun her yönde dönebileceği veya zıt yönlerdeki ağrılıkları eşit olduğu noktaya denir.

Erkeklerde ayaktan başa doğru %57. nokta

Bayanlarda // // // %54 – 55. nokta ağırlık merkezidir.

**Eksenlerde Görülen Hareketler:**

1) Transvers eksen (X) ===➔ Flexion, Extenion
2) Vertical eksen (Y) ====➔ Rotasyon
3) Sagital eksen (Z) ====➔ Abduction, Adduction

**Düzlem (Planium):** Kesişen 2 doğruyu oluşturan her noktanın dokunması gereken üzerinde girinti çıkıntı bulunmayan düz ve yassı alana denir.

**Planium Median (Orta Düzlem):** İnsan vücudunun ortasından geçen, vücudu sağ ve sol olarak iki parçaya ayıran düzlemdir.

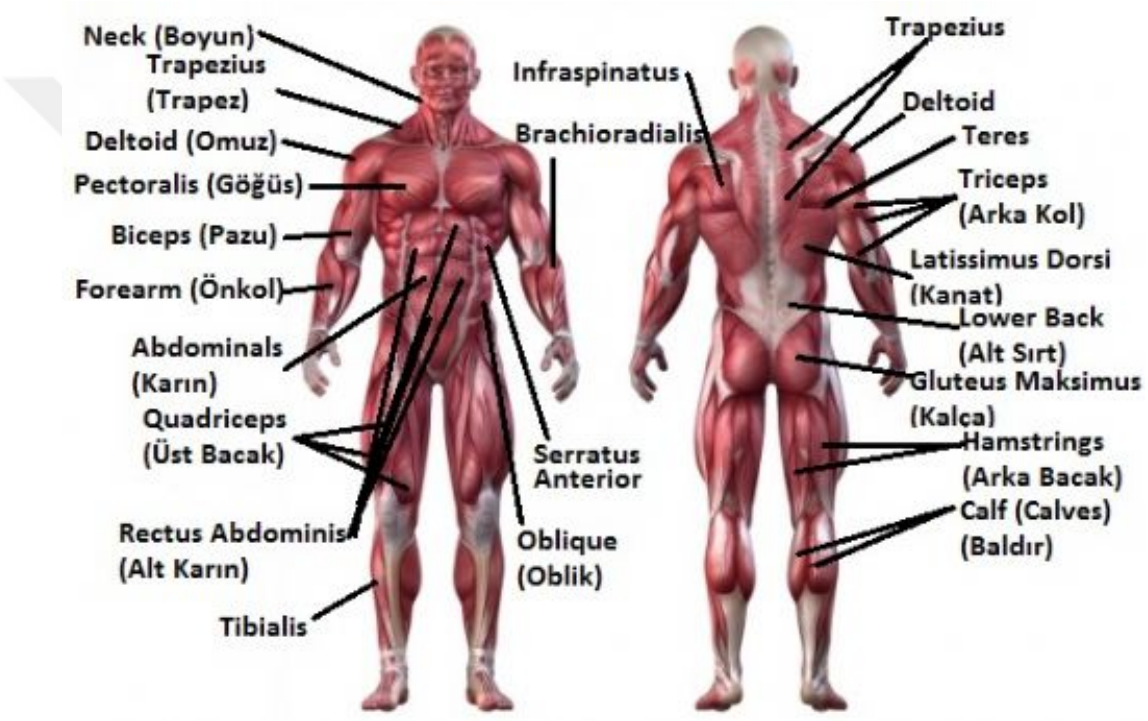
**Planium Sagital:** İnsan vücudunu, önden arkaya geçerek sağ ve sol olarak ikiye ayıran düzlemdir.

**Planium Frontal:** Anatomik duruşta yanlardan geçen vücudu ön ve arka olarak ikiye ayıran düzleme denir.

**Planiun Transale:** Yere paralel olarak uzanan, vücudu üst ve alt olarak iki parçaya ayıran düzlemdir. Hareket anında hareketin ekseni değişmez, düzlemi değişir. (http://memohome.blogcu.com/kinesiyoloji-hareket-bilimi/1905912 23.03.2018).

### 3.3. Kas Sistemi

"En basit tanımıyla; hareketten sorumlu dokumuza "kas" denir. Vücudun toplam ağırlığının yaklaşık yarısını kas dokusu oluşturur. Vücutta iskelet kası, kalp kası ve düz kaslar üç farklı kas tipi vardır. Kas tipleri içerisinden büyük kütle, vücut ağırlığına göre yaklaşık %40 oranında yer tutan ve iskeleti saran iskelet kaslarıdır" (Aktümsek, 2001: 48)."Bir canlıda bulunan kaslar, o canlının iskeletini oluşturan kemiklerin birbirlerine bağlanarak eklem yerlerinden hareket edebilmelerini sağlayan yapılardır. Kasların yapısı bulundukları yere göre üstlendikleri görevlere göre değişmektedir.




**Resim 1. Vücut Kasları**

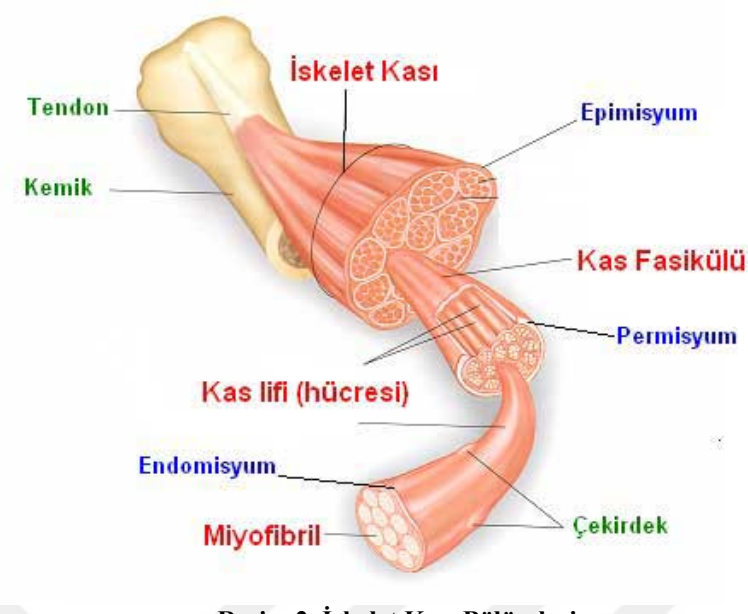
### 3.3.1. İskelet Kası

"Hareketi sağlayan bu kaslar, iskeletin etrafında bulundukları için iskelet kasları olarak adlandırılır" (Aktümsek, 2001: 50). "Yüz, boyun göğüs, sırt, kol, bacak gibi uzuvlarımızda bulunurlar ve yapılarındaki görüntünün çizgiyi andırmasından dolayı bu ismi almışlardır. Vücudumuzun genel hareketinden ve duruşundan onlar sorumludurlar ve sinir hücreleriyle bağlantıları bulunur. Çizgili kaslar uçlarında ki, güçlü yapıları olan kirişlerle kemiklere bağlıdır. Sinirler aracılığıyla verilen komutlar sayesinde, hareket ederler ve kirişlerin bağlantıları sayesinde kemiklerimizi hareket ettirirler. İstemli

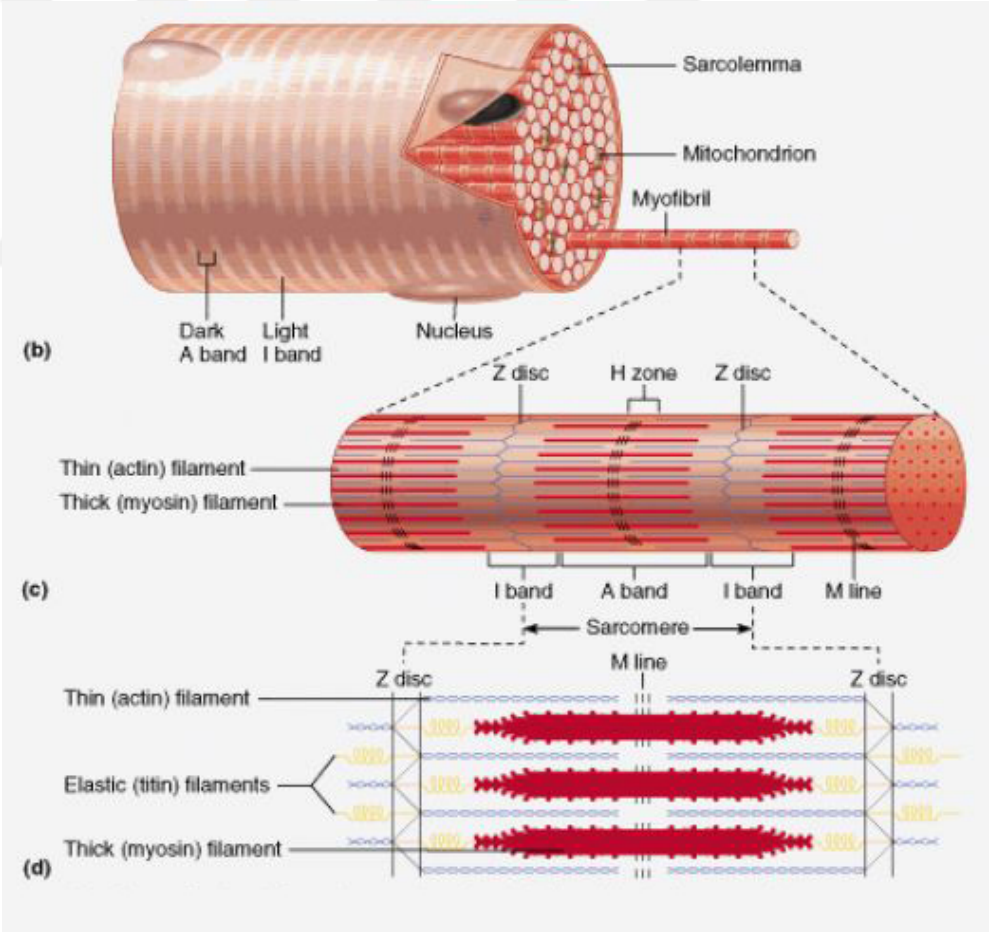
olarak çalışırlar ve bizim geliştirmek için uğraştığımız kas grubunu oluştururlar. Yapılan egzersizlerle kas genişliğinde ve uzunluğunda artış sağlamasına kas hipertrofisi denir. Kasların uzun süre hareketsiz kalması sonucunda hacminin azalması durumuna da kas atrofisi denir" (Günay, 1999: 100). "İskelet kaslarının başlıca iki görevi vardır. Birincisi iskelet bölümlerinin hareketini sağlamaktır. İkincisi ise bir hareket sırasında veya vücudun belli bir durumunda bazı bölümlerin stabilitesini sağlarken, diğer bölümlerini de istenilen harekete yöneltmektir. Buna göre, fonksiyon sırasında, kasların bir kısmı hareketi sağlarken, diğer bir kısmı da stabiliteyi temin eder" (Premkumar, 2015: 220).

### 3.3.2. İskelet Kasının Yapısı

"İskelet kasları bir kat bağlayıcı dokuyla çevrilmiştir. Bu bağlayıcı doku, eklem kapsülü dış katı ile aynı şekilde oluşmuştur. Görevi ise, çevreleyen kasların kayması ve kasa şekil vermesidir. Bu bağlayıcı dokuya aynı zamanda kasın (fascia) veya (epimysium)'u da denir. Bu doku çoğunlukla (Collagen) liflerden oluşmuştur. Bir bölümüne çıplak gözle bakınca, küçük hücre demetinden oluştuğu görülür. Bunların her biride Latincesi Perimysium olan ince dokularla kaplanmıştır" (Guyton ve Hall, 2007: 72). "Bu doku katında sinir ve kan damarları kas hücrelerine ulaşmadan dağılırlar. Mikroskop altında (fasciculus)'un birçok kas hücrelerinde oluştuğu görülür. Bütün hücreler çok ince bir kat bağlayıcı dokuyla çevridir, buna endomysium denir. (Endo=en son, mysium=kas). Kas hücrelerine aynı zamanda kas lifi de denir. Buna göre her kas lif, tek bir hücre içerir. Fizyoloji kitapları bu konuda detaylı bilgiler içerir. Onun için açıklamalar özettir. Mikroskop altında incelendiğinde, kas hücreleri kas(fibril)'i veya (miyofibril)'i denilen küçük parçalardan oluşur. (fibril)'ler paralel bir şekilde uzanarak düzgün bir görünüm oluşturur. Bunu sebebi ise bunlar (miyofilament) denilen genelde ve çoğunlukla dizili şekillerde oluşur.(miyofilament)'ler bir protein molekül zinciridir. Dizili görünüm ise iki tip (miyofilament)'ten oluşması sebebi iledir. İsimleri ise,(actin) daha ince ve geçirgendir ve (miyozin) daha kalın ve daha koyu matlardan oluşmaktadır. Kas kasıldığı zaman actin Flamanları miyozin Flamanları arasında hareket eder. Bu durum miyofibriller (miyofibriller) kısalır ve kalınlaşır" (Kaya, 2004, İnsan Anatomisi…: 45; Bozdoğan,2012: 159-160).




**Resim 2. İskelet Kası Bölümleri**




**Resim3. İskelet Kası Yapısı**

### 3.3.2.1. Düz Kaslar

"Düz kaslar istemsiz olarak çalışırlar. Vücudumuzda damar yapılarında, gözde, sindirim sistemi, içi boşluklu olan iç organlarımızda bulunurlar. Yapısının görünümü çizgili kasın aksine düz olduğu için bu ismi almıştır. Tek çekirdekli ve çekirdeği merkezdedir. Kas ipliklerinin, bazı düz kaslarda her birinin bir sinire bağlı olduğu görülse de, bazı düz kaslarda birkaçının bir sinire bağlı olduğu görülür. Düz kaslar hafif pembe renkte olurlar. Glikojen depolamazlar, oksijensiz solunum yapmazlar. Çizgili kaslara göre yavaş çalışırlar ve yorgunluk göstermezler" (Süzen, 2008: 79-80).

### 3.3.2.2. Kalp Kası

"Kalp kası hem iskelet kasının hem de, düz kasın özelliklerini taşır; iskelet kası gibi çizgilidir ve hızlı kasılır, düz kas gibi istek dışı aktivite gösterir ve otonom sinirlerle aktivitesi düzenlenir" (Noyan, 2011: 774). "Kalpte bu oran %30 iken, diğer kaslarda %1 – 2 kadardır. Bu yüzden kalp kası yorulma hissetmeksizin ömür boyu çalışabilir. Kalp kası çizgili kasın yapısına benzese de çizgili kas gibi kramplar yaşamaz ritmik kasılma ile çalışır. Kasılmayı sağlayan uyarı mekanizmasını kendi içinde barındırır. Buna rağmen kasılma şiddeti ve hızı gibi durumlarda otonom sinir sistemine bağlıdır" (http://www.biyologlar.com/kalp-kasi 23.01.2018). "Bu durumda hormon artışları esnasında kalbin durumunun otonom sinir sitemi tarafından düzende kalmasını sağlar. Epinephrine(adrenaline) gibi hormonlar direkt olarak kalbin frekansına etki edebilir. Bunun yanında efedrin gibi maddelerinde atım hızını arttırdığı bilinmektedir" (Aktümsek, 2001: 45).

### 3.3.2.3. Kasların Görevleri

"Genel olarak vücutta güç oluşturmak ve hareket etmeyi sağlamaktır ancak bulundukları kısma göre işlevleri değişiklik gösterebilir. Büyük bir kısmı istem dışı çalışır. İskelet sistemini dik ve bütünlük içinde tutup, bazı organların işlevlerini gerçekleştirmelerine yardımcı oldukları için hayati önem taşırlar.

1) En önemli özellikleri iskelet sistemini bir arada ve dik tutmalarıdır.
2) Diğer bir önemli özellikleri ise vücudun ve organların hareketlerini düzenlemeleridir.

3) Kanın vücuttaki dolaşımına yardımcı olur.
4) Kalbin çalışmasındaki en etkili elementlerden biridir.
5) Enerjinin ve gıdanın depolandıkları alanlardır.
6) Nefes alıp – vermek, konuşmak, yemek yemek, sindirim gibi eylemlerde etkin rol oynar" (https://www.mailce.com23.01.2018).

### 3.3.3. Kasların Ortak Özellikleri

"Kasların beş temel özelliğinden bahsedilebilir. Bunlar uyarılabilme, iletilebilme, kasılabilme, kasılabilme, esnek (elastik) olma, vizkozite özellikleridir.

**Uyarılabilme:** Kas doku sinir uyarıları ile uyarılabilir yapıdadır. Kasın uyarana cevabı kasılmadır.

**İletebilme:** Kas doku diğer sinerjist ve sinerjist olmayan kaslara elektrik sinyalleri yolu ile kasılmayı iletme özelliğine sahiptir. Kas kasılırken şeklini değiştirmek isteyen

**Kasılabilme:** Kas sinir uyarıları ile kasılabilir, böylece boyunda uzama – kısalma veya geriliminde bir değişme olur.

**Esnek (elastik) olma:** Kas kasılmadan sonra gevşerken orijinal formuna dönebilme özelliğine sahiptir.

**Vizkozite Özelliği:** Kaslar viskoz kitle özelliğine sahiptir. Kas kasılırken şeklini değiştirmek isteyen iç ve dış kuvvetlere karşı iç sürtünme ile direnç gösterir. Bu özelliği sayesinde kas kasılması sırasında bir frenleme meydana gelirken, bu da kası kopma, yırtılma gibi durumlardan korur" (Günay, 1999: 70).

### 3.3.4. İskelet Kaslarının Temel Fonksiyonları

"Canlılarda görülen hareket, çok sayıda yapının, birbirleriyle koordineli bir dizi aktivite ile sağlanmaktadır. Hareketin oluşmasını sağlayan yapıların tümüne ise 'hareket sistemi' adı verilir. Hareket sistemini oluşturan unsurlar; Kemikler, Kaslar ve Eklemlerdir.

**Kemikler:** Hareket sistemi içinde kemikler destek rolü oynarlar. Katı özellikleri dolayısıyla vücudu teşkil eden yumuşak oluşumlara desteklik yapmış olan iskeleti

meydana getirirler. Kemiklerden oluşmuş eklem ve bağlarla birbirine tutturulmuş destek yapıya iskelet denir. İskelet sistemi vücudu destekleyen, dış uyaranlara karşı direncini sağlayan dokular bütünüdür. Yerçekimine karşı gelerek kasların da yardımı ile vücudun hareketini sağlar, organları korur. İnsan iskeleti yeni doğanlarda 270, yetişkinlerde 206 kemikten meydana gelmiştir. Kafatası ve omurlardan oluşan iskelet vücudu dik tutan yapıdır ve hareketliliği sağlayan iskelet bölümü bu yapıya bağlıdır.

İskelet sistemi 5 önemli fonksiyona sahiptir;

**1)** Vücuda belirli bir şekil vermek.

**2)** İç organları korumak.

**3)** Kan hücrelerinin üretimini sağlamak.

**4)** Kalsiyum ve fosfat deposu olarak rol almak.

**5)** Vücut hareketlerinde bir kaldıraç rolü üstlenmek.

Her kemik bir diğeri ile eklem bölgelerinde bağlantı halinde olup hareketin oluşumunda kemikler kaldıraç rolünü üstlenirken, eklemler ekseni belirlerler. Kemiklerin hepsi birbirinin aynısı değildir. En, boy ve kalınlıklarına göre uzun, kısa yassı ve düzensiz olmak üzere dört biçimde sınıflandırılırlar.

**Uzun Kemikler:** Bu kemiklerde boy diğer iki boyuta göre daha uzundur. Özellikle kol ve bacaklarda bulunan kemiklerdir.

**Kısa Kemikler:** Üç boyutu arasında büyük fark olmayan, küçük ve sert kemikler olup hareketin oluşumunda uzun kemiklere göre daha az rol alırlar. Daha çok kayma tipi hareketlerin oluşumuna katılırlar. El bileği ve ayak bileği kemikleri bu gruptandır.

**Yassı Kemikler:** İki adet düz yüzey ve kenarları ile karakterizedirler. Boyu ve eni birbirine yakın fakat bu iki boyutu kalınlığından fazla olan kemiklerdir. Hareketin oluşumuna çok az katılırlar. Ana görevleri yaşamsal organların korunmasıdır. Kafatası kemikleri yassı kemiklerdir" (Ötken, 2011: 45).

"İskelet kaslarının beş temel fonksiyonundan söz edilebilir.

**Hareketi sağlama:** Organizmanın hareketleri (koşma, atlama, atma, itme, çekme, yürüme, vurma, taşıma vb.) kasların kasılması ile sağlanmaktadır.

**Koruma:** İç organları dışarıdan gelecek darbelere karşı koruma sağlar.

**Isı Üretimi:** kaslarda üretilen enerjinin bir kısmı mekanik işe çevrilir. Geri kalan kısmı ise ısıya dönüşür.

**Mekanik iş yapabilme yeteneği:** İskelet kasları kasılma ve gevşeme sayesine mekanik bir iş yapar. Yani bir yükün belirli bir mesafe boyunca uygulanmasını sağlar.

**Postürü sağlama:** organizmanın yer çekimi etkisine bağlı olarak uzaydaki konumunu belirler, yani vücudun dik duruşunu sağlar" (Günay, 1999: 71).

### 3.3.5. Kas Kasılması Çeşitleri

"Kas kasılması çeşitleri üzerine bilim adamları arasında farklılıklar bulunmaktadır. Bu farklılıklar statik ve dinamik kasılmalardaki sınıflandırmaların yorumlanmasından kaynaklanmaktadır. Genel olarak statik olarak izomertik, dinamik kasılma olarak ise izotonik ve izokinetik kasılma şeklinde sınıflandırılmıştır**.**

#### 3.3.5.1. İzometrik Kasılma

Kas her iki ucundan bakıldığında uyarıldığı zaman boyunu küçültmez ama gerilimi (tension) sabit kalır. Esasen izometrik deyimi, ölçüsü aynı (boyu aynı) anlamına gelir. İzometrik kasılmada kas mekanik bir iş yapmaz. Kasın boyunda herhangi bir değişiklik olma geriliminde artış meydana gelir. Kasın uzunluğu sabit kalırken gerilimi artmaktadır" (Ergen ve diğerleri, 2002: 18).

#### 3.3.5.2. İzotonik Kasılma

"Kas kasılır, boyunu küçültür ve bir ağarlığı küçültür ve bir ağarlığı hareket ettirirse mekanik bir iş yapmış olur. Bu tür kasılmaya izotonik kasılma denir. Kas kasılıp boyu küçüldüğü sırada kasın gerilimi (tension) sabit kalır. Esasen izotonik deyimi, tonusu (gerilimi) aynı (tonusu değişmeyen) anlamına gelir"(Noyan, 2011: 395). "İzotonik kasılma dinamik bir kasılma şeklidir. Çoğu kez konsantrik kasılma ile eş anlamlı

kullanılmakla beraber, konsantrik ve eksantrik olarak sınıflandırılır"(Demirel ve Koşar, 2002: 123).

a. **"Konsantrik Kasılma:** Kasılarak oluşan bir kasılmadır ve bir kasılma söz konusu olmakla birlikte mekanik bir iç yapılır. Elindeki ağırlığı kaldırmaya çalışan sporcunun dirsek ekleminde hareketi gerçekleştiren kaslar konsantrik çalışırlar.
b. **Eksantrik Kasılama:** Konsantrik kasılmanın tersine kas boyunda azalmanın olduğu bir kasılma şeklidir. Burada kastedilen uzama, daha önce kasılmış bir kasın uzamasıdır. Kendini iki eli ile yukarı çeken sporcunun ikinci kez yukarı çekebilmek için gereken aşağı inme hareketi sırasında biceps brachii kasının kasılması eksantrikkasılmadır" (Demirel ve Koşar, 2002: 124).

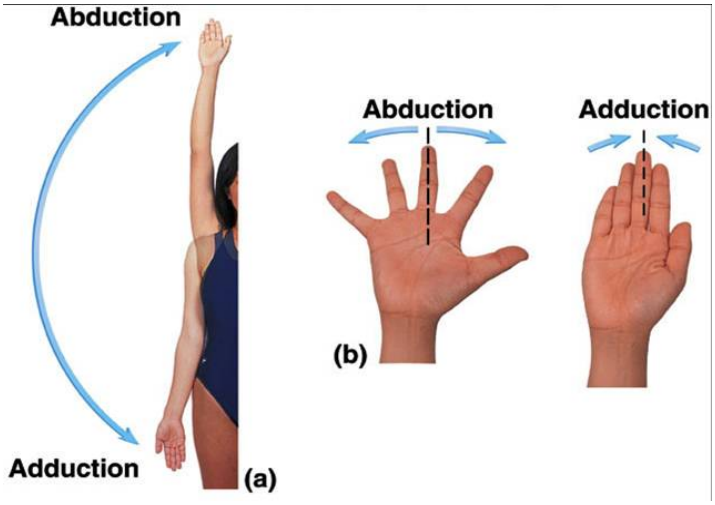
#### 3.3.5.3. İzokinetik Kasılma

"İzokinetik kasılma eş hareket anlamını taşır, yani hareke eşit hızla sürdürülür. Hareket sabit hızla yapılırken direnç ya da yük kasın değişik açılarda üreteceği güce göre farklılık gösterir. Örneğin dairesel bir hareket yapılırken kaslar 170˚ de farklı 110˚ de farklı direnç uygulanmaktadır. Bu şekilde uygulana kuvvetlerde farklılıklar söz konusudur" (Günay, 1999: 83).

## 3.4. Hareket Bildiren Terimler

### 3.4.1. Abduksiyon ve Adduksiyon

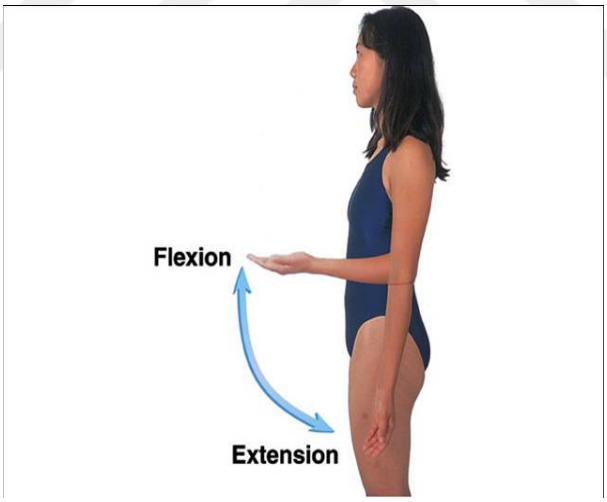
Bir uzvun vücut orta hattından uzaklaştırmasın abduksiyon; vücut orta hattına yaklaşmasına ise abduksiyon denilir. Her iki harekette frontal düzlem üzerinde gerçekleşir.




**Resim 4. Abduksiyon ve Adduksiyon**

### 3.4.2. Fleksiyon ve Ekstansiyon

Bu hareketler sagittal düzlem üzerinde yapılır. Fleksiyon hareketinde bükülme veya eklem açısının küçülmesi; ekstansiyonda ise gerilme ya da eklem açısının büyümesi söz konusudur.




**Resim 5. Fleksiyon ve Ekstensiyon**

### Dorsal Flexion ve Plantar Flexion

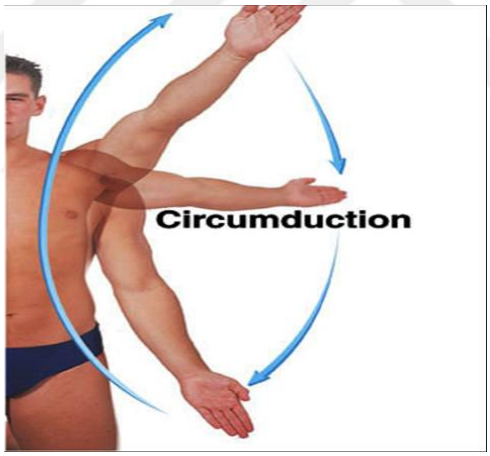
Ayak bileğini zemin yönünde fleksiyonunu ifade eder. Topuklar üstünde yükselme hareketi dorsal flexion dur. Ayak bileğinin vücuttan uzaklaşacak şekilde hareket ettirilmesi parmak ucunda yükselme hareketi ise plantar flexiondur.




**Resim 6. Dorsal ve Plantar Fleksiyon**

### 3.4.3. Sirkumdiksiyon

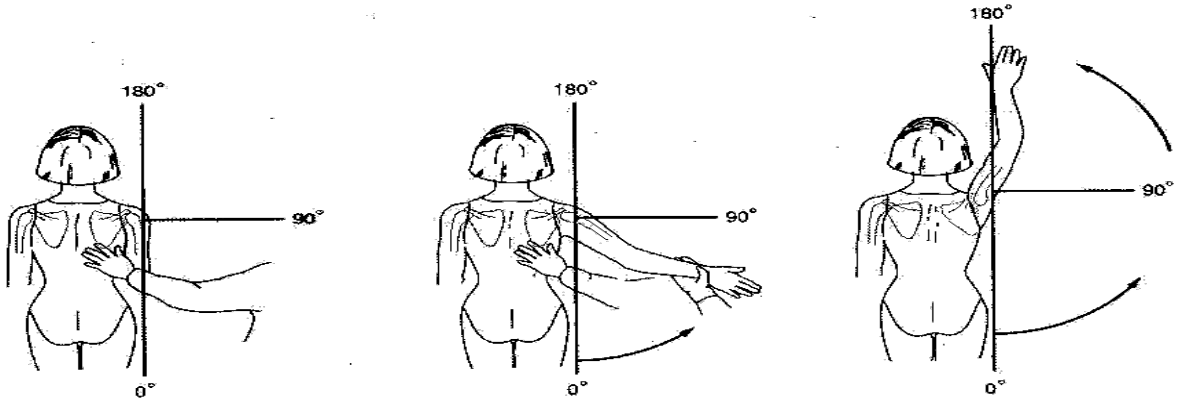
Dairesel bir hareket olup; abduksiyon, adduksiyon, fleksiyon ve ekstansiyon hareketlerinin kombinasyonu ile ortaya çıkar.



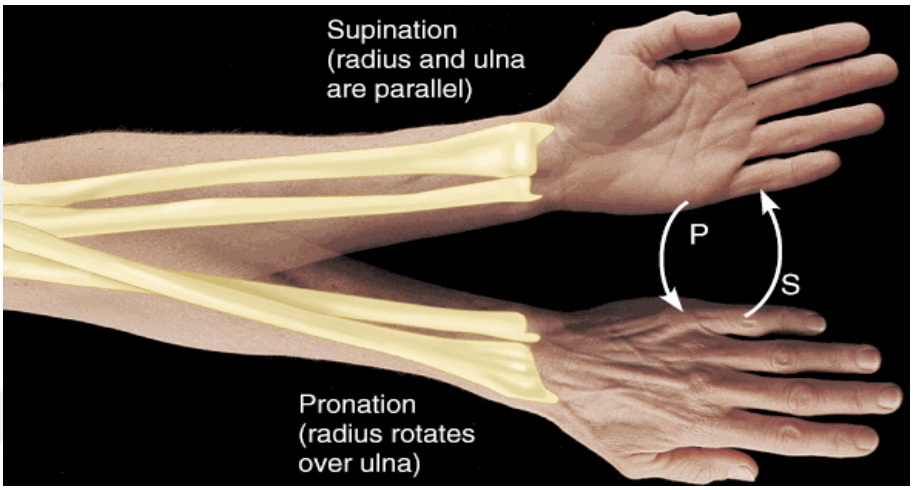

**Resim 7. Sirkumdiksiyon**

### 3.4.4. Rotasyon

"Bir uzvun veya vücut kısmının uzun eksen boyunca dönmesi anlamında kullanılan bir terimdir. İçe dönme hareketine iç rotasyon; Dışa dönme hareketine ise dış rotasyon denir. Bu hareketlere ön kolda özel olarak pronasyon ve supinasyon ismi verilir. Radius'un ulnae etrafında içe döndürülmesi pronasyon; dışa döndürülmesi ise supinasyon adını alır" (Sarsılmaz, 2000: 4-5).




**Resim 8. Rotasyon**

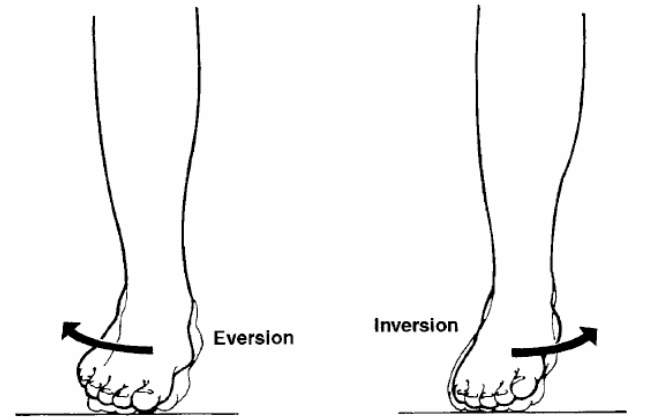



**Resim 9. Supinasyon ve Pronasyon**

**Pronation** Elin dirsekten başlayarak içe döndürülmesi, **Supination** Elin dirsekten başlayarak dışa döndürülmesidir.

### 3.4.5. İnversiyon ve Eversiyon

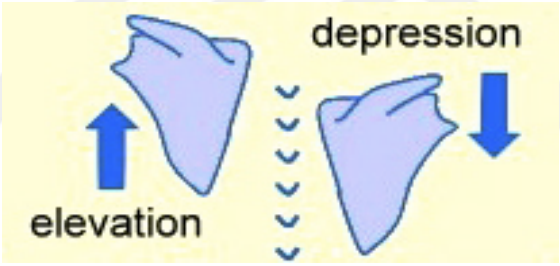
"Ayağın hareketlerini tarif ederken kullanılan bu terimlerden inversion; ayak tabanının içe döndürülmesi anlamında, eversiyon ise ayak tabanının dışa döndürülmesi manasında kullanılan bir terimdir" (Sarsılmaz 2000: 5).




**Resim 10. İnversiyon ve Eversiyon**

### 3.4.6. Elevasyon ve Depresyon

Bir segmentin yukarı kaldırılması elevasyon, aşağı doğru bastırılması ise depression dur.



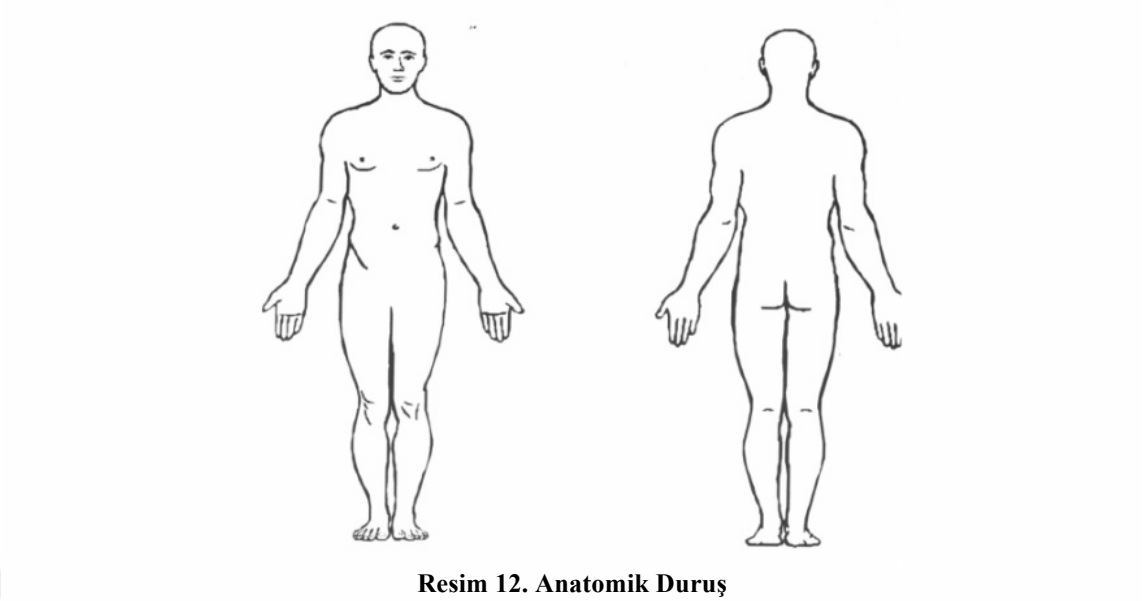

**Resim 11. Elevasyon ve Depresyon**

## 3.5. Vücut Segmentlerin Hareketleri

### 3.5.1. Duruşlar

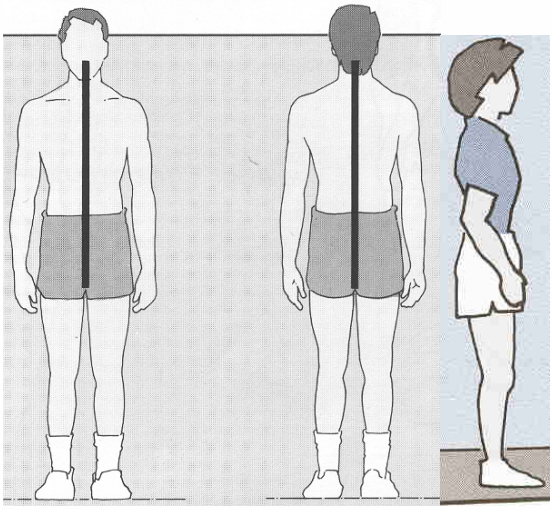
"Vücudu oluşturan parçaların hareketlerini incelerken pozisyonlarından yararlanırız.

1) **Anatomik Duruş:** Ayakların birbirine paralel olarak yer aldığı, kolun iç yüzünün ve avuç içinin öne baktığı, vücudun gergin olduğu ayakta duruş pozisyonudur. Resim 13'de anotomik pozisyonunu görülmektedir. Ön kol, el ve parmakların hareketini tanımlarken bu duruş baz olarak alınır.



**Resim 12. Anatomik Duruş**

2) **Standart Ayakta Duruş Pozisyonu:** Ayakların ve vücudun pozisyonu anatomik duruştaki gibidir: Ancak avuç içi ve ön kol öne bakmayıp gövdeye bitişik durumdadır. Resim 14'de standart ayak duruş pozisyonu görülmektedir. Ön kol, el ve parmakların dışındaki vücut parçalarının hareketi bu duruşa göre tanımlanır" (Demirel ve Koşar, 2002: 124).



**Resim 13. Standart Ayakta Duruş**

### 3.5.2. Eksen ve Düzlemler

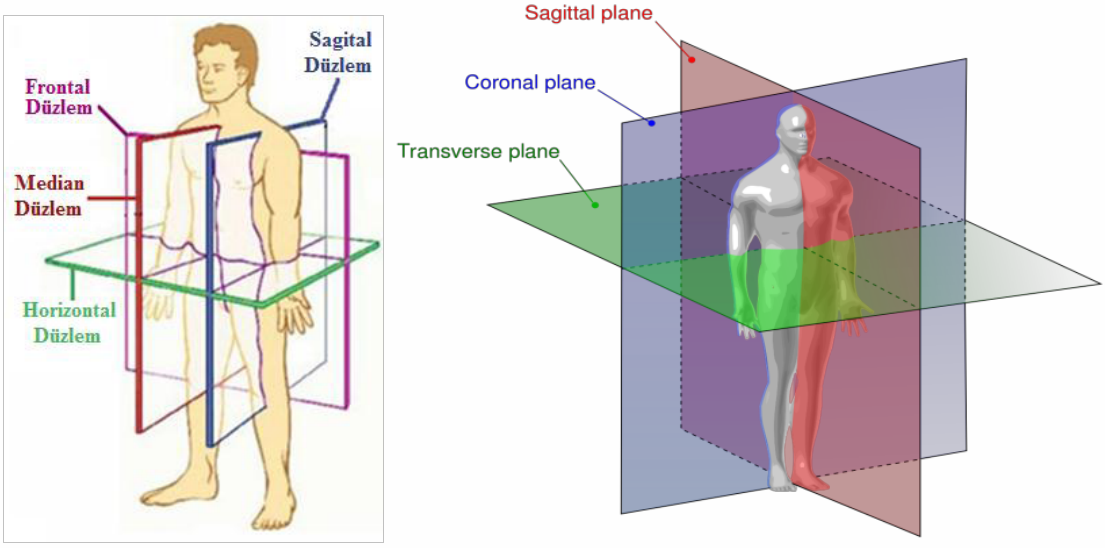
"Vücudun hareketlerini tanımlarken üç temel düzlem ve buna bağlı olarak da üç temel eksenden yola çıkarız. Üç temel düzlemden her biri diğerine dik olarak yer almıştır. Bildiğiniz gibi düzlem derken bir yüzey kastedilmektedir. Bu yüzeyin vücudu iki

parçaya böldüğü varsayılabilir. Aynı şekilde eksen denildiğinde de, vücudun bir tarafından girip diğer tarafından çıkan bir ok düşünülebilir.

**Düzlemler**

Vücut hareketlerinin tanımlanmasında kullanın üç çeşit düzlem olduğunu bilinmektedir.

1) **Sagital Düzlem:** Ön arka düzlem de denilebilir. Önden arkaya doğru uzanarak vücudu sağ ve sol olmak üzere iki parçaya ayıran düzlemdir.
2) **Frontal Düzlem:** Coronal ya da lateral düzlem de denilebilir. Soldan sağa doğru uzanarak, vücudu ön ve arka olmak üzere iki parçaya ayırır.
3) **Transvers Düzlem:** Horizontal ya da yatay düzlem olarak da alınır. Vücudu üst ve alt olmak üzere iki parçaya böler. Bu düzlemlerden her biri orta noktadan geçerse kesiştikleri yer ağırlık merkezini belirler. Vücudumuzun ağırlık merkezi sakral 2. vertebra hizasından geçer.
4) **Median Düzlem:** Vücudun orta hattından geçecek vücudu sağ ve sol olarak iki eşit parçaya ayıran ve yere dik olan düzlemdir" (Sarsılmaz, 2000: 6).



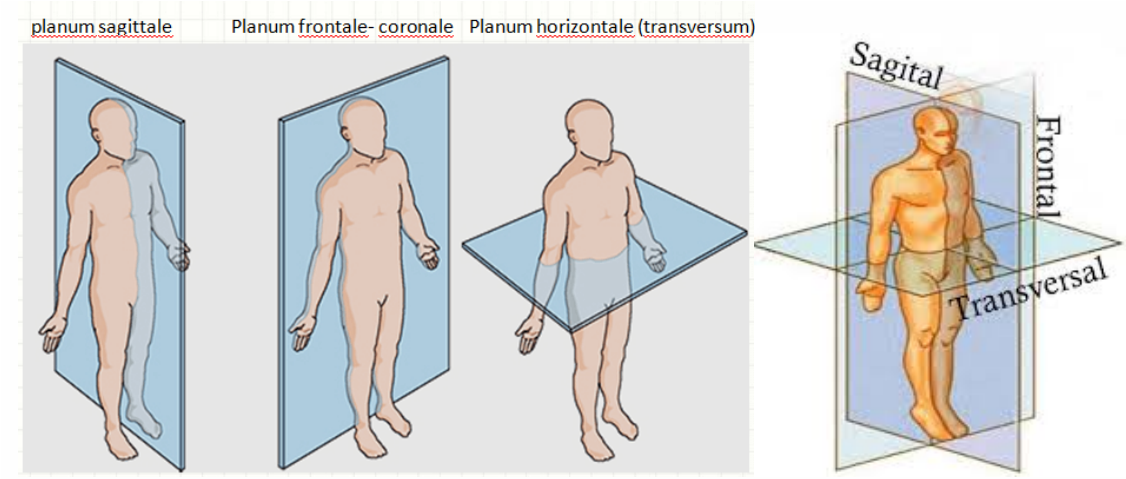

**Resim 14. Anatomik Düzlemler**

**Eksenler**

"Düzlemlerde olduğu gibi eksenleri de 3 grupta inceleriz:

1) **Frontal –Horizontal Eksen:** Soldan sağa doğru uzanan eksendir.
2) **Sagital –Horizontal Eksen:** Önden arkaya doğru uzanan eksendir.

3) **Vertikal (Dikey) Eksen:** Yukardan aşağıya doğru dikey olarak uzanan eksendir.




**Resim 15. Eksenler**

### 3.5.2.1. Eksen ve Düzlemlerde Hareketler

Vücut segmentlerinin hareketlerini eksen ve düzlemlere göre tanımlarken şu noktalara dikkat etmek gerekir.

1) Bir düzlemde yapılan hareketler o düzleme paraleldir.
2) Bir düzlem ve onu bir noktadan dik olarak delip geçen eksen aynı hareketleri yaptırırlar. Örnek olarak; vücudu sağ ve sol olmak üzere iki parçaya ayıran sagittal düzlemde yapılan hareketler, onu bir noktadan delip geçen eksen olan frontal – horizontal eksende yapılan hareketlerdir" (Demirel ve Koşar, 2002: 123-124).

"Hareket, doğrusal ve eğitsel hareket olmak üzere iki temel tip altında sınıflandırılır.

**Doğrusal Hareket:** Bir doğru üzerinde meydana gelen harekete doğrusal hareket adı verilir. Hareket sırasında, hareket eden vücudun veya objenin bütün parçaları aynı zaman birim içerisinde, aynı yönde ve eşit miktarlarda yol kat ederlerse, hareket düzgün doğrusal hareket adını alır.

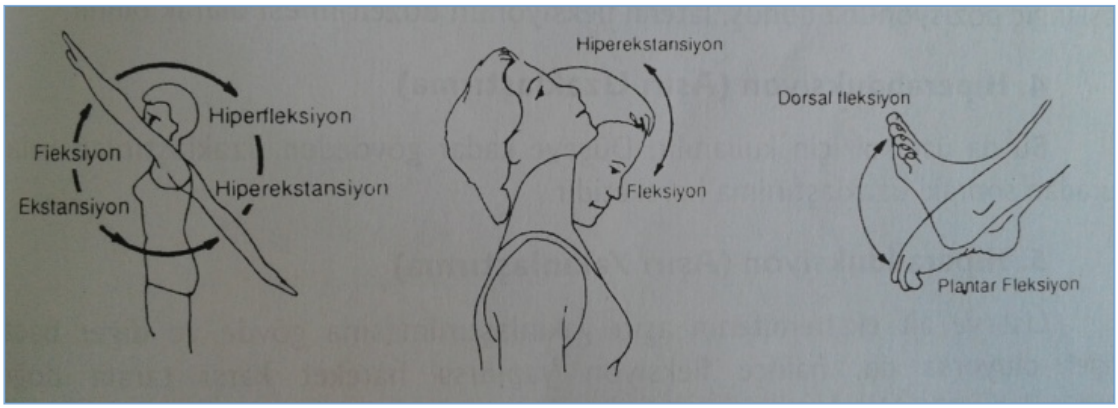
**Eğrisel Hareket:** Bir eğri üzerinde meydana gelen hareketlere denir. Eğrisel hareket açısal ve parabolik olarak ikiye ayrılır. Hareketin meydana gelişinde hareket eden vücut parçaları sabit bir noktadan eşit uzaklıkta olacak şekilde hareket ederler.

**Açısal Hareket:** Dairesel hareket adı da verilen bu hareket, bir dairesel yörünge üzerinde meydana gelir. Hareketin meydana gelişinde, hareket eden vücut parçaları, sabit bir noktadan eşit uzaklıkta olacak şekilde hareket ederler. Burada hareketin sabit uzaklıkta olması, dairenin çapını oluşturur. Bu tip bir hareket "dönen" (rotary) hareket olarak da ifade edilir. Böylece bu hareket şeklini ifade etmek için kullanılan açısal, dairesel ve dönen terimlerinin her üçü de eş anlamlı olup, aynı hareketli ifade etmek için kullanılır.)

**Parabolik Hareket:** Bir sabit noktadan ve çizgiden eşit uzaklıkta olacak şekilde bir eğri üzerinde meydana gelen hareketlere denir" (Ötken, 2011: 21).

**Sagital Düzlem, Frontal – Horizontal Eksende Yapılabilen Hareketler**: Sagital düzlem, frontal – horizantal eksende yapılabilen hareketler, fleksiyon, ekstansiyon, hiperfleksiyon ve hiperekstansiyon hareketleridir.

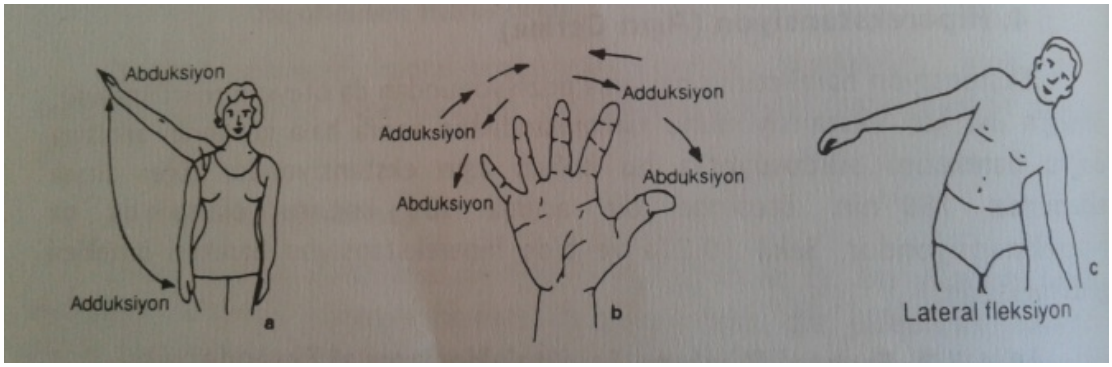
1) **Fleksiyon (Bükme):** Eklem açısının daraltılmasıdır. Bu yüzden dirsek ekleminde ön kolun yukarıya hareketi fleksiyon iken, diz ekleminde baldırın arkaya hareketi fleksiyon olarak tanımlanır. Başın öne ve arkaya hareketi de fleksiyon olup öne ya da arkaya fleksiyon diye tanımlanır. Eğer öne ya da arkaya sözcüğü kullanılmıyorsa, fleksiyon başın öne hareketini tanımlar. Ayak tabanının fleksiyonu plantar, sırtının fleksiyonu ise dorsal fleksiyon olarak adlandırılır.
2) **Ekstansiyon (Germe):** Eklem açısının genişletilmesidir. Fleksiyondan normal duruşa geçiş ekstansiyon olarak adlandırılır.
3) **Hiperfleksiyon (Aşırı Bükme):** Bu terim yalnızca üst olun hareketini tanımlamak için kullanılır. Kol düşey pozisyona kadar fileksiyona geldikten sonra hala fleksiyonu sürdürüyorsa, düşeyden sonraki kısım hiperfleksiyon olarak adlandırılır. Diğer eklemlerde kemikler bu aşırı fileksiyonu engellerler.
4) **Hiperekstansiyon (Aşırı Germe):** Ekstansiyon hareketinin başlama pozisyonundan da öteye sürdürülmesidir, örneğin üst kol, ekstansiyonunu tamamladıktan sonra hala gövdenin arkasına doğru hareketini sürdürüyorsa bu bölüm aşırı ekstansiyonudur. Eğer dirsek ekleminde 180˚ ötesinde bir açılma söz konusu olursa bu da hiperekstansiyonudur.




**Resim 16. Sagital Düzlem, Frontal – Horizontal Eksende Yapılabilen Hareketler**

**Frontal Düzlem, Sagittal – Horizontal Eksende Yapılabilen Hareketler:** Frontal düzlem, sagittal – horizontal eksende yapılabilen hareketler, abduksiyon, adduksiyon, lateral fleksiyon, hiperabduksiyon, hiperadduksiyon hareketleridir.

1) **Abduksiyon (Merkezden Uzaklaştırma):** Orta çizgiden uzaklaştırma hareketidir. Genellikle üst kolun ve uyluğun uzaklaştırma hareketi için kullanılır.
2) **Adduksiyon (Merkeze Yaklaştırma):** Abduksiyon hareketinin tersi olup gövdeden uzaklaştırılmış bir ekstremitenin gövdeye yakınlaştırılmasıdır.
3) **Laterel Fleksiyon (Yana bükme):** Başın ya da gövdenin yana bükülmesi hareketidir. El bileği için de kullanılmakta olup, ulna tarafına bükme unlar fleksiyon, radius (döner kemik) tarafına bükme ise radial fleksiyon diyr anılır. Lateral fleksiyon'dan başlangıç pozisyonuna dönüş, lateral fleksiyonun düzeltilmesi olarak bilinir.
4) **Hiperabduksiyon (Aşırı Uzaklaştırma):** Bu da üst kol için kullanılır. Düşeye kadar gövdeden uzaklaştırılan kolun buradan sonraki uzaklaştırma hareketidir.
5) **Hiperadduksiyon (Aşırı Yakınlaştırma):** Üst ve alt ekstremitinin aşırı yakınlaştırılmasına gövde ve diğer bacak engel oluyorsa da, hafifçe fleksiyon yapılırsa hareket karşı tarafa doğru sürdürülebilir. Hareketin yeniden normal duruşa döndürülmesi ise hiperadduksiyonun düzeltilmesi olarak tanımlanılır.




**Resim 17. Frontal Düzlem, Sagital – Horizontal Eksende Yapılabilen Hareketler**

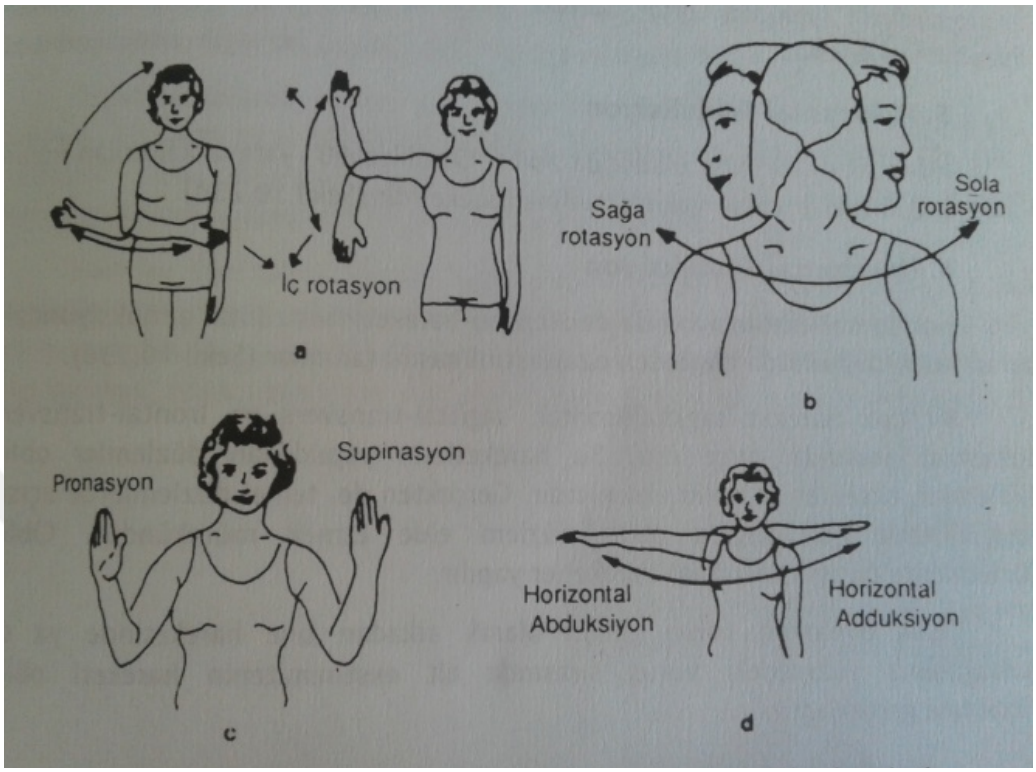
**Transvers Düzlem, Vertikal Eksende Yapılabilen Hareketler:** Transvers düzlem, vertikla eksende yapılabilen hareketler, internal ve eksternal rotasyon, sağa ve sola rotasyon, supinasyon – pronasyon, horizontal adduksiyon ve horizontal abduksiyonudur.

1) **İnternal ve Eksternal Rotasyon (İçe ve Dışa Döndürme):** Uyluğun ve üst kolun ya da alt ve üst eksremitelerin içe ve dışa döndürülme hareketleridir.
2) **Sağa – Sola Rotasyon (Sağa Sola Döndürme):** Baş ve boyunun sağa ve sola çevirme hareketidir. Yüzün sağa ya da sola bakması için yapılan harekettir.
3) **Supinasyon:** Ön kolun dışa döndürülerek avuç içinin öne getirildiği harekettir.
4) **Pronasyon:** Ön kolun içe döndürülerek avuç içinin arkaya getirildiği pozisyondur.

   İçe ve dışa döndürme ve supinasyon – pronasyon hareketlerinden sonra ekstremitelerin yeniden orta hattaki yerlerini almalarına bu hareketlerin düzeltilmesi diyoruz.
5) **Horizontal Abduksiyon:** Horizontal fleksiyon olarak da anılır. Özellikle 90˚ yataya kaldırılan kolun yatay doğrultuda gövdeye yakınlaştırılma hareketidir.
6) **Horizontal Abduksiyon:** Horizontal ekstansiyon da denilen bu hareket, horizontal abduksiyondaki kolun yatay doğrultuda gövdeden uzaklaştırılmasını tanımlar.

Birçok hareket hareket sagital – frontal, sagital – transvers ve frontal – transvers düzlemler arasında gerçekleşir. Bu hareketlerin yapıldıkları düzlemler obliq düzlemler, eksenler de obliq eksenlerdir. Gerçekten de, temel düzlemlerde açısal değişiklerle çok sayıda obliq düzlem elde etmek mümkündür. Obliq düzlemlerde diyagonal hareketler yapılır.

Tenis oynarken kolun gergin olarak arkadan öne hareketin ya da kurbağalama yüzmedekivuruş sırasında alt ekstremitenin hareketi obliq düzlemde gerçekleştirilir.



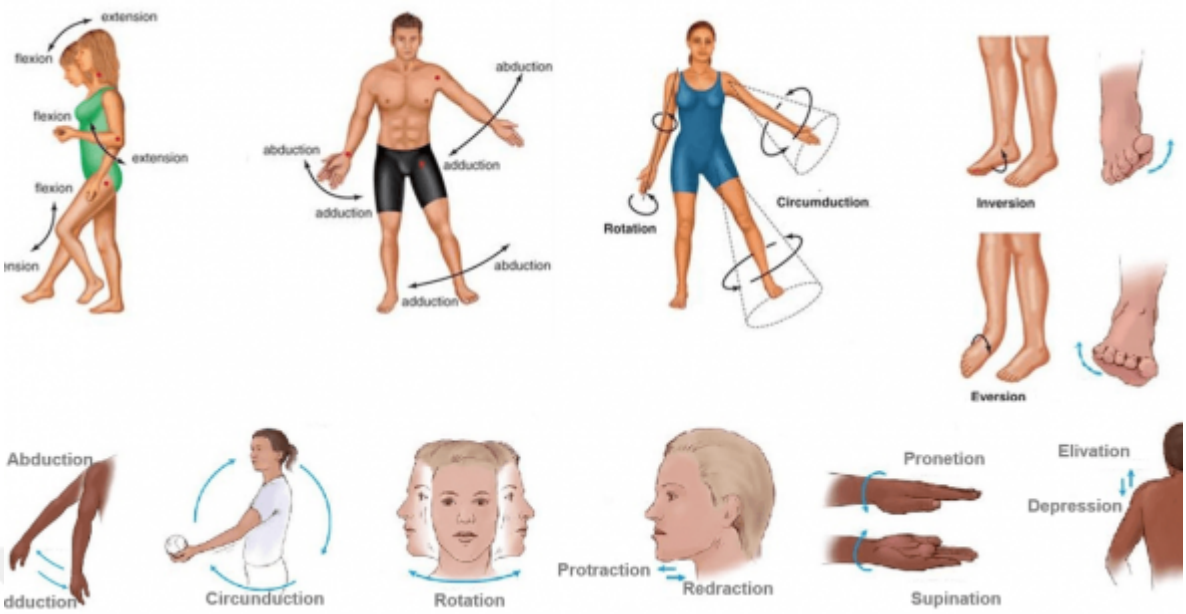

**Resim 18. Transvers Düzlem, Vertikal Eksende Yapılabilen Hareketler**

## Oblik Düzlem ve Oblik Eksende Yapılabilen Hareketler

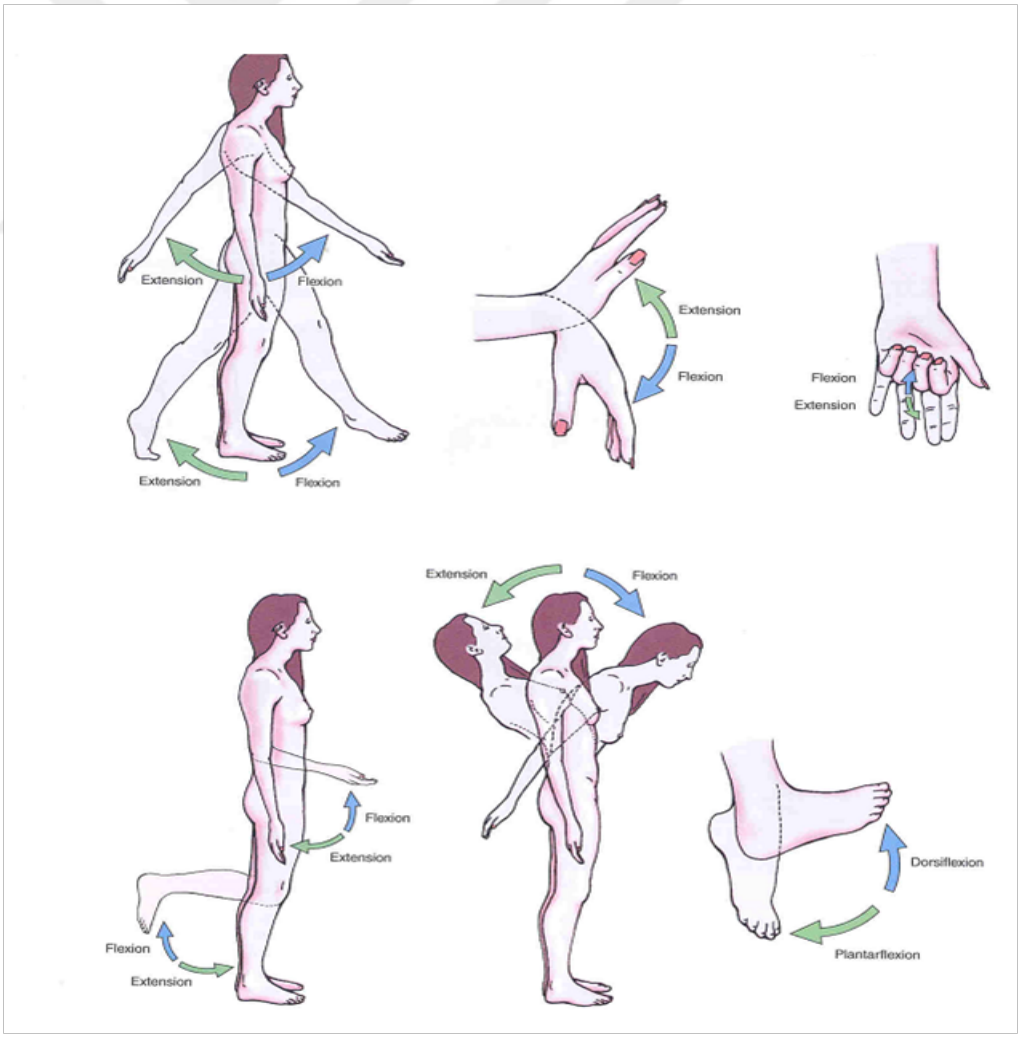
1) **Sirkumdiksiyon (Çevirme):** Bu hareket, fleksiyon – ekstansiyon ve abduksiyon – adduksiyon hareketlerini yapabilen eklemlerde gerçekleştirilir. Kol ya da gövdenin çevrilmesi sirkımdüksiyon hareketine örnek olarak verilebilir.



**Resim 19. Oblik Düzlem ve Oblik Eksende Yapılabilen Hareketler**




**Resim 20. Eksen ve Düzlemlerde Hareketler**




**Resim 21. Eksen ve Düzlemlerde Hareketler**

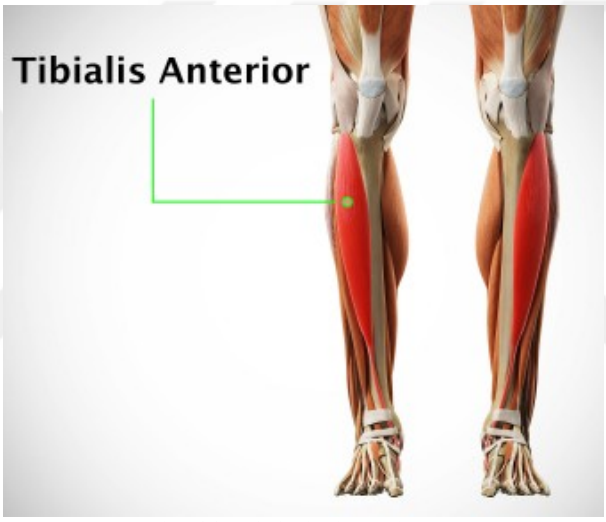
### 3.6. Çalışmada Kullanılan Kaslar

#### 3.6.1. Tibialis Anterior Kası

“Başlangıç: Tibianın ön yüzü ve interossöz membran.

Sonlanış: Birinci metatarsın tabanı ve orta kuneiform kemik (kuneiforme intermedium)

İşlevi: Bu kas, ayağa dorsifleksiyon ve supinasyon yaptırır, ayak kavsini destekler. Peroneus longus kasıyla birlikte üzengi biçimini oluşturur. Ayak sabitlendiğinde, bacağı ayağa doğru yaklaştırır. Bu nedenle özellikle sürat yürüyüşü ve kayakta kullanılan bir kastır” (Premkumar, 2015: 257; Weineck, 2011: 121).




**Resim 22. Tibialis Anterior Kası**

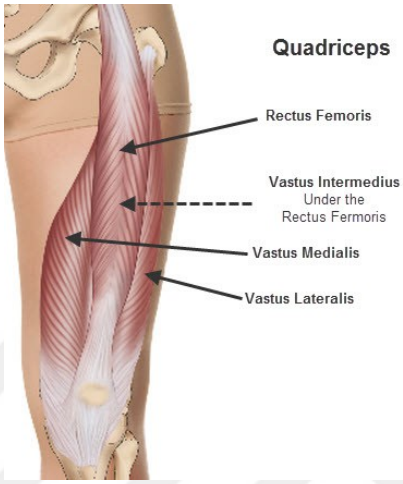
#### 3.6.2. Quadriceps Femoris Kası:

“Diz ekleminin en önemli ekstansörü olan quadriceps femoris, insandaki en büyük ve en kuvvetli kastır. Biartiküler (çift eklemli) rectus femoris kası ve monoartiküler (tek eklemli) olan vastus medialis, lateralis ve intermedius kaslarından oluşur.

Kasın Başlangıç Yeri: Biartiküler bir kas olan rectus femoris, spina iliaca anterior inferior ve asetabulumun üst kenarından başlar. Diğer üç parça kas ise femurun anterior ve lateral yüzeyinden başlar.

Kasın Sonlanış Yeri: Patellar ligament ile tibial tüberositasda sonlanır.

Kasın İşlevi: Quadriceps femoris kası dinamik ve statik açıdan önemli bir rol oynar. Statik rolü, ayakta dururken dizin bükülmesini önlemek, dinamik rolü ise tüm koşu ve atlama egzersizlerinde olduğu gibi dizin kuvvetli bir şekilde ekstansiyonunu sağlamaktır. Rectus femoris kası ayrıca kalçaya da fleksiyon yaptırır" (Premkumar, 2015: 250-251; Weineck, 2011: 89-90).




**Resim 23. Quadriceps Femoris Kası**

### 3.6.3. Flexör Digitorum Superficialis Kası

"İki başlı bir kastır. Bunlardan birisi m. Flexör digitorium superficialis Radius gövdesine tutunur. Diğeri ise m. Flexör digitorum superficialis humero ulnar baştır. Distalde flexör retineculumun altında geçerek 1 – 2 – 3 – 4parmakların phalanx gövdelerine tutunur. Parmaklara volar flexion, bilek eklemine flexion ve direseğin flexionuna yardımcı olur ve supinasyonda sinergist fonksiyon icra eder" (Kaya, 2004, İnsan Anatomisi…: 102).




**Resim 24. Flexör Digitorum Superficialis Kası**

### 3.6.4. Biceps Brachii Kası

“Kasın Başlangıç Yeri: Skapulanın korakoid (kısa başı), Supraglenoid tüberkül (uzun başı).

Kasın Sonlanış Yeri: Radiusun tuberositisi, (bicipital aponevrozlo önkolun medial tarafının deri fasyasına.

Kasın İşlevi: Ön kolun fleksiyon ve suinasyonu; uzun başı humerus dış rotasyonda iken abduksiyona yardım eder Kasın uzun başı, bağlı olduğu pozisyondan kolu yukarı kaldırır ve içe doğru rotasyon yaptırır. Kısa başı ise, addüksiyon yaptırır ve coracob – rachialis kasına benzer şekilde, yürüyüş esnasında kolların öne salınma hareketine katılır. Bu kasın uzun kirişi, eklem kapsülünün içinden geçer ve glenoid fossanın üst labrumunda originini yapar. Biceps brachii kası böylece, omuz ekleminin stabilizeedilmesine atılmıştır” (Premkumar, 2015: 220; Weineck, 2011: 79).



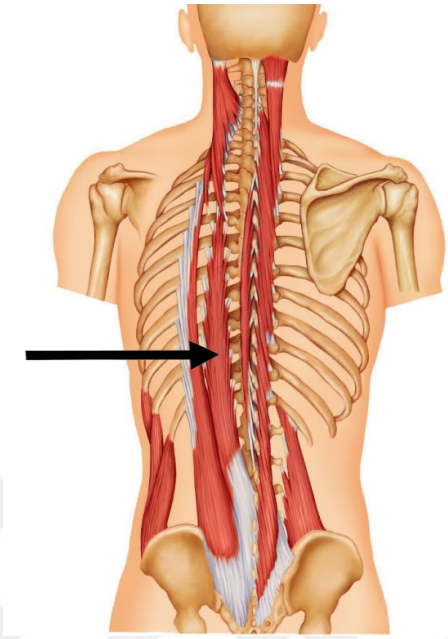

**Resim 25. Biceps Brachii Kası**

### 3.6.5. Longissimus Thoracis Kası:

“Kasın Başlangıç Yeri: Bağ dokunun geniş saçlı derisi ve alt torasik vertabraların ve üst lumbar vertebraların transvers prosesleri.

Kasın Sonlanış Yeri: Ctransvers ostaların inferior yüzleri ve üst torasik vertebraların prosesleri.

Kasın İşlevi: Omurgaya ekstansiyon yaptırır; omurgayı aynı tarafa eğer. Tek yönlü uyarılması, omurganın bazı segmentlerinin lateral fleksiyonu ile sonuçlanır" (Premkumar, 2015: 190).



**Resim 26. Longissimus Thoracis Kası**

### 3.6.6. Trapezius Kası

"Medialde üstten, occipital bölgeden başlar c 1., 2., 3., 4., 5., 6., 7 ve T 1., 2., 3., 4., 5., 6., 7., 8., 9., 10., 11., 12. Thoracal vertebranın sipinaline kadar uzanan tutunma bölgesi lateralde ise sacapulanın alt spinialinden başlayarak, yukarı doğru acromionun medialine ve üst kısmına tutunur ve omuzun geriye, yukarıya ve aşağıya doğru hareketine yardımcı olur (C3 – 4) servical nerve tarafından innerve edilir" (Kaya, 2004, İnsan Anatomisi…: 102)



**Resim 27. Trapezius Kası**

# BÖLÜM 4. İNCELENEN OYUNLARIN İCRASINDA SEÇİLEN KASLARIN KASILMA ORANLARI

Türk halk oyunları hareket açısından 5 ana tür altında toplanabilmektedir. Bu türler bar, halay, horon, karşılama ve zeybektir. Bu ana türlerin herbirinin altında alt türler de yer almaktadır. Çalışmamızda da incelediğimiz oyunlara ana tür altında yer verilmiş ancak alt türlere girilmemiştir.

Çalışmamız ana kas grubu üzerinde yapılmıştır. Bacak, kol ve sırt bölgesindeki 6 kas üzerinde çalışma yapılmıştır. Bu kaslar bacak bölgesindeki M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları, kol bölgesindeki Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırt bölgesindeki Longissimus Thoracis ve Trapezius kaslarıdır. Her kasın sağ ve sol tarafınki olmak üzere toplam 12 adet kas üzerinde çalışma yapılmıştır.

Çalışma yapılan kasların EMG sistemi ile oyunun icra esnasındaki kasılma ölçümlerinin minimum, maksimum, ortalama ve standart sapma sonuçları tablolar verilmiştir. Her tablonun altındaki ilk paragraftaki yorumlamada ölçüm sonuçlarının ortalama değerleri esas alınmıştır. İkinci paragrafta, simetri kaslar arasındaki ölçüm sonuçlarının, ortalama değerlerindeki kasılma oranları esas alınarak yorum ve kıyaslama yapılmıştır. Son paragrafta ise çıkan ortalama sonuçlara göre vücudun bacak, kol ve sırt olmak üzere hangi bölümünün daha fazla kullanıldığı kıyaslamalı olarak güncel dilde anlatılmışır.

İncelenen oyunlardaki elde edilen ortalama sonuçlar referans alınarak tablolar oluşturulmuş, aritmetik ortalamaları alınarak tür bazında, incelenen kasların kasılma sonuçları çıkartılmaya çalışılmıştır.

## 4.1. Bar

Bar türüne ait oyunlar incelendiğinde "vücudun üst kısmının genelde sabit tutulup hareketlerin kalçadan, dizlerden ve pençeden yapıldığı, sert görünüşlü ama esnek olarak oynanan oyunlardır" (Gülbeyaz, 2005: 8). Doğu Anadolu ve Kuzey Anadolu'da yoğun olmakla birlikte Doğu ve Orta Karadeniz ile İç Anadolu bölgesinde de bar türü oyunlara rastlanır.

**Tablo 1. Başbar Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.98 | 656.83 | 116.08 | 102.43 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.95 | 1478.98 | 130.01 | 174.57 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.14 | 871.90 | 131.78 | 115.15 |
| | M. Quadriceps Femoris | 2.63 | 1349.99 | 102.95 | 146.98 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 5.16 | 309.27 | 26.48 | 21.82 |
| | M. Biceps Brachii | 5.24 | 227.60 | 57.00 | 30.52 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 6.02 | 540.49 | 35.20 | 36.88 |
| | M. Biceps Brachii | 5.63 | 222.52 | 75.93 | 32.16 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 6.26 | 259.07 | 47.25 | 31.47 |
| | M. Trapezius | 6.73 | 506.87 | 112.33 | 70.36 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.66 | 601.55 | 38.14 | 34.15 |
| | M. Trapezius | 6.48 | 659.65 | 155.39 | 95.08 |

Başbar oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 116.08 sol 131.78, M. Quadriceps Femoris kası sağ 130.01 sol 102.95, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 26.48 sol 35.20, M. Biceps Brachii kası sağ 57.00 sol 75.93, Longissimus Thoracis kası sağ 47.25 sol 38.14, Trapezius kası sağ 112.33 sol 155.39 olarak bulunmuştur.

Başbar oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior kası ve sağ M. Quadriceps Femoris kası; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Başbar oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranladaha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt ve üst tarafı sağ kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranladaha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 2. Daldalan Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.07 | 1671.90 | 126.80 | 140.59 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.37 | 1761.30 | 156.14 | 207.77 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.31 | 575.84 | 123.20 | 94.78 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.57 | 1079.01 | 114.20 | 135.39 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.56 | 1256.03 | 51.68 | 120.81 |
| | M. Biceps Brachii | 2.60 | 427.49 | 74.84 | 50.48 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.85 | 314.67 | 28.07 | 28.23 |
| | M. Biceps Brachii | 3.03 | 286.51 | 84.37 | 54.07 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.64 | 174.55 | 40.36 | 26.46 |
| | M. Trapezius | 9.93 | 565.37 | 160.05 | 117.02 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.97 | 298.54 | 38.87 | 32.61 |
| | M. Trapezius | 10.39 | 680.15 | 180.33 | 137.19 |

Daldalan oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 126.80 sol 123.20, M. Quadriceps Femoris kası sağ 1156.14 sol 114.20, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 51.68 sol 28.07, M. Biceps Brachii kası sağ 74.84 sol 84.37, Longissimus Thoracis kası sağ 40.36 sol 38.87, Trapezius kası sağ 160.05 sol 180.33 olarak bulunmuştur.

Daldalan oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis kası ve sol M. Biceps Brachii kası ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Daldalan oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ ve sol bacağın alt kısmı birbirlerine çok yakın oranda kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranladaha fazlakullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt tarafı sol kola oranla fazla kullanılırken, sol kolun üst tarafı sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağı ile solu birbirine çok yakın orandakullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafaoranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 3. Dello Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 5.32 | 1159.55 | 100.17 | 110.17 |
| | M. Quadriceps Femoris | 2.50 | 1321.80 | 169.46 | 178.03 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.52 | 1560.00 | 147.96 | 137.03 |
| | M. Quadriceps Femoris | 4.60 | 1180.67 | 127.64 | 120.38 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.41 | 486.66 | 36.76 | 47.77 |
| | M. Biceps Brachii | 2.17 | 660.34 | 37.31 | 46.72 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.31 | 270.35 | 29.88 | 24.19 |
| | M. Biceps Brachii | 1.53 | 405.53 | 33.17 | 43.97 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.33 | 200.66 | 41.17 | 25.23 |
| | M. Trapezius | 2.78 | 322.37 | 44.15 | 37.71 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.56 | 137.86 | 31.36 | 18.36 |
| | M. Trapezius | 2.42 | 311.11 | 43.13 | 41.72 |

Dello oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 100.17 sol 147.96, M. Quadriceps Femoris kası sağ 169.46 sol 127.64, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 36.76 sol 29.88, M. Biceps Brachii kası sağ 37.31 sol 33.17, Longissimus Thoracis kası sağ 41.17 sol 31.36, Trapezius kası sağ 44.15 sol 43.13 olarak bulunmuştur.

Dello oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior kası ve sağ M. Quadriceps Femoris kası; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sağ Longissimus Thoracis ve Trapezius kasları daha fazla kasılmıştır.

Dello oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ ve sol taraf birbirine yakın oranda kullanılmaktadır.

**Tablo 4. İkinci Bar Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.30 | 1009.89 | 168.48 | 156.95 |
| | M. Quadriceps Femoris | 2.53 | 1951.79 | 161.95 | 230.78 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.19 | 905.98 | 189.86 | 165.91 |
| | M. Quadriceps Femoris | 2.16 | 1704.86 | 152.68 | 213.35 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.38 | 611.57 | 18.25 | 22.07 |
| | M. Biceps Brachii | 2.04 | 274.03 | 44.27 | 33.49 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.41 | 336.93 | 32.40 | 31.30 |
| | M. Biceps Brachii | 2.30 | 356.79 | 61.51 | 45.60 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.13 | 240.17 | 45.54 | 31.70 |
| | M. Trapezius | 7.52 | 401.26 | 85.78 | 62.61 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.63 | 378.60 | 35.47 | 31.24 |
| | M. Trapezius | 2.82 | 829.98 | 105.43 | 99.89 |

İkinci bar oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 168.48 sol 189.86, M. Quadriceps Femoris kası sağ 161.95 sol 152.68, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 18.25 sol 32.40, M. Biceps Brachii kası sağ 44.27 sol 61.51, Longissimus Thoracis kası sağ 45.54 sol 35.47, Trapezius kası sağ 85.78 sol 105.43 olarak bulunmuştur.

İkinci bar oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior kası ve sağ M. Quadriceps Femoris kası; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

İkinci bar oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağın alt tarafına oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt ve üst tarafı sağ kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 5. Kavak Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.33 | 635.29 | 102.69 | 90.37 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.69 | 753.44 | 120.43 | 138.14 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.74 | 533.90 | 78.67 | 70.00 |
| | M. Quadriceps Femoris | 2.49 | 646.18 | 62.65 | 76.87 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.32 | 1453.19 | 65.45 | 140.82 |
| | M. Biceps Brachii | 3.24 | 699.09 | 67.22 | 63.98 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.66 | 361.52 | 42.54 | 43.13 |
| | M. Biceps Brachii | 6.62 | 345.80 | 74.61 | 48.67 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.24 | 175.68 | 34.38 | 24.37 |
| | M. Trapezius | 2.27 | 664.15 | 109.98 | 95.80 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.03 | 156.54 | 28.11 | 19.90 |
| | M. Trapezius | 11.89 | 797.77 | 146.56 | 134.22 |

Kavak oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 102.69 sol 78.67, M. Quadriceps Femoris kası sağ 1120.43 sol 62.65, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 65.45 sol 42.54, M. Biceps Brachii kası sağ 67.22 sol 74.61, Longissimus Thoracis kası sağ 34.38 sol 28.11, Trapezius kası sağ 109.98 sol 146.56 olarak bulunmuştur.

Kavak oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis kası ve sol M. Biceps Brachii kası ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Kavak oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt ve üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt tarafı sol kola oranla fazla kullanılırken, sol kolun üst tarafı sağ kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 6: Mendo Barı Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.91 | 596.52 | 93.49 | 77.97 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.59 | 1062.96 | 93.06 | 131.55 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.35 | 567.16 | 85.80 | 77.92 |
| | M. Quadriceps Femoris | 2.53 | 971.32 | 138.26 | 165.84 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 6.68 | 221.37 | 30.27 | 25.40 |
| | M. Biceps Brachii | 6.30 | 165.03 | 45.58 | 25.03 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 7.02 | 315.68 | 36.38 | 28.97 |
| | M. Biceps Brachii | 2.63 | 476.38 | 59.14 | 44.19 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.48 | 121.86 | 33.50 | 20.68 |
| | M. Trapezius | 3.85 | 292.62 | 61.03 | 52.95 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.39 | 1443.55 | 62.15 | 124.48 |
| | M. Trapezius | 3.32 | 279.25 | 59.28 | 44.86 |

Mendo barı oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 93.49 sol 85.80, M. Quadriceps Femoris kası sağ 93.06sol 138.26, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 30.27 sol 36.38, M. Biceps Brachii kası sağ 45.58 sol 59.14, Longissimus Thoracis kası sağ 33.50 sol 62.15, Trapezius kası sağ 61.03 sol 59.28 olarak bulunmuştur.

Mendo barı oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior kası ve sol M. Quadriceps Femoris kası; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Mendo barı oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol bacağa oranla fazla kullanılırken, sol bacağın üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt ve üst tarafı sağ kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ ve sol taraf birbirine yakın oranda kullanılmaktadır.

**Tablo 7. Bar Türü Oyunların İcrasında Oyun Bazında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Başbar | Daldalan | Dello | İkinci Bar | Kavak | Mendo Barı | Ortalama |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Sağ Bacak | M. Tibialis Anterior | 116.08 | 126.80 | 100.17 | 168.48 | 102.69 | 93.49 | 117.95 |
| | M. Quadriceps Femoris | 130.01 | 156.14 | 169.46 | 161.95 | 120.43 | 93.06 | 138.51 |
| Sol Bacak | M. Tibialis Anterior | 131.78 | 123.20 | 147.96 | 189.86 | 78.67 | 85.80 | 126.21 |
| | M. Quadriceps Femoris | 102.95 | 114.20 | 127.64 | 152.68 | 62.65 | 138.26 | 116.40 |
| Sağ Kol | M. Flexör Digitorum Superficialis | 26.48 | 51.68 | 36.76 | 18.25 | 65.45 | 30.27 | 38.15 |
| | M. Biceps Brachii | 57.00 | 74.84 | 37.31 | 44.27 | 67.22 | 45.58 | 54.37 |
| Sol Kol | M. Flexör Digitorum Superficialis | 35.20 | 28.07 | 29.88 | 32.40 | 42.54 | 36.38 | 34.08 |
| | M. Biceps Brachii | 75.93 | 84.37 | 33.17 | 61.51 | 74.61 | 59.14 | 64.79 |
| Sağ Sırt | M. Longissimus Thoracis | 47.25 | 40.36 | 41.17 | 45.54 | 34.38 | 33.50 | 40.37 |
| | M. Trapezius | 112.33 | 160.05 | 44.15 | 85.78 | 109.98 | 61.03 | 95.55 |
| Sol Sırt | M. Longissimus Thoracis | 38.14 | 38.87 | 31.36 | 35.47 | 28.11 | 62.15 | 39.02 |
| | M. Trapezius | 155.39 | 180.33 | 43.13 | 105.43 | 146.56 | 59.28 | 115.02 |

Seçilen bar türü oyunların icrasında oyun bazında kullanılan kasların kullanım oranlarının ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 117.95 sol 126.21, M. Quadriceps Femoris kası sağ 138.51 sol 116.40, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 38.1 sol 34.08, M. Biceps Brachii kası sağ 54.37 sol 64.79, Longissimus Thoracis kası sağ 40.37 sol 39.02, Trapezius kası sağ 95.55 sol 115.02 olarak bulunmuştur.

Seçilen bar türü oyunların icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior kası ve sağ M. Quadriceps Femoris kası; kolda solFlexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sağLongissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Seçilen bar türü oyunlarınınhareket yapıları itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla

kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt tarafı sol kola oranla fazla kullanılırken, sol kolun üst tarafı sağ kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ ve sol tarafı birbirine yakın oranda kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

### 4.2. Halay

Halay türü oyunlar diğer türlere nazaran farklılık gösterir. Coğrafi olarak daha geniş bir alana yayılmış durumda bulunan halayların hareket yapıları bölgelere göre farklılık göstermektedir. İç Anadolu halaylarında hareketler yumuşak, ağır kısımlar tabanda ve hızlı kısımlar pençede oynanır. Doğu Anadolu halaylarında hareketler tabanda, sert yapılırken omuzlar aşağı – yukarı sallanarak kullanılır. Güney Doğu Anadolu halaylarında ise hareketler tabanda, pençede esnemeli yapılırken omuzlar öne – gerisallanarak kullanılır. İç Anadolu, Doğu Anadolu ve Güneydoğu Anadolu bölgelerinde görülen halay oyunlarına Orta ve Doğu Karadeniz ileDoğu Akdeniz bölgelerinde de rastlanır.

**Tablo 8. Dik Halay Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 7.46 | 406.71 | 109.15 | 69.42 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.12 | 840.18 | 90.15 | 102.32 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 5.55 | 554.74 | 85.88 | 65.19 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.58 | 823.78 | 120.98 | 148.85 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.50 | 119.84 | 20.82 | 14.21 |
| | M. Biceps Brachii | 2.69 | 238.22 | 21.15 | 23.39 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.31 | 150.67 | 34.37 | 20.84 |
| | M. Biceps Brachii | 1.25 | 116.26 | 17.33 | 13.98 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.31 | 247.27 | 38.34 | 22.80 |
| | M. Trapezius | 4.38 | 363.05 | 68.84 | 61.01 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.14 | 428.15 | 69.25 | 49.15 |
| | M. Trapezius | 5.68 | 158.44 | 40.65 | 24.10 |

Dik halay oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 109.15 sol 85.88, M. Quadriceps Femoris kası sağ 90.15sol 120.98, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 20.82 sol 34.37, M. Biceps Brachii kası sağ 21.15 sol 17.33, Longissimus Thoracis kası sağ 38.34 sol 69.25, Trapezius kası sağ 68.84 sol 40.65 olarak bulunmuştur.

Dik halay oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior kası ve sol M. Quadriceps Femoris kası; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Dik halay oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol bacağa oranla fazla kullanılırken, sol bacağın üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 9. Halay Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.29 | 764.24 | 116.16 | 106.33 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.67 | 1408.11 | 148.87 | 176.25 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.71 | 758.94 | 133.84 | 117.03 |
| | M. Quadriceps Femoris | 4.05 | 1511.80 | 106.53 | 126.46 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.42 | 135.59 | 24.07 | 16.42 |
| | M. Biceps Brachii | 1.58 | 73.49 | 8.40 | 5.31 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.39 | 91.80 | 18.91 | 9.23 |
| | M. Biceps Brachii | 1.37 | 46.13 | 9.96 | 6.19 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.78 | 143.99 | 42.73 | 21.16 |
| | M. Trapezius | 3.62 | 156.00 | 46.12 | 29.04 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.49 | 117.94 | 28.27 | 15.57 |
| | M. Trapezius | 3.03 | 177.35 | 47.45 | 33.94 |

Halay oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 116.16 sol 133.84, M. Quadriceps Femoris kası sağ 148.87sol 106.53, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 24.07 sol 18.91, M. Biceps Brachii kası sağ 8.40 sol 9.96,Longissimus Thoracis kası sağ 42.73 sol 28.27, Trapezius kası sağ 46.12 sol 47.45 olarak bulunmuştur.

Halay oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior kası ve sağ M. Quadriceps Femoris kası; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis kası ve sol M. Biceps Brachii kası ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Halay oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt tarafı sol kola oranla fazla kullanılırken, sağ ve sol kolun üst

tarafı birbirine yakın oranda kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ ve sol taraf birbirine yakın oranda kullanılmaktadır.

**Tablo 10. Havarişko Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.43 | 396.12 | 112.72 | 67.88 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.35 | 650.20 | 86.94 | 107.51 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.70 | 1057.43 | 98.88 | 81.68 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.62 | 1275.60 | 124.86 | 168.58 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.31 | 447.26 | 63.62 | 61.56 |
| | M. Biceps Brachii | 2.56 | 809.63 | 85.93 | 112.10 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.01 | 403.52 | 50.91 | 42.97 |
| | M. Biceps Brachii | 1.64 | 868.51 | 64.70 | 95.10 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.12 | 775.88 | 51.17 | 64.14 |
| | M. Trapezius | 6.98 | 616.70 | 85.09 | 85.17 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 6.25 | 641.52 | 51.71 | 67.10 |
| | M. Trapezius | 4.38 | 217.87 | 55.15 | 40.52 |

Havarişko oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 112.72 sol 98.88, M. Quadriceps Femoris kası sağ 86.94sol 124.86, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 63.62 sol 50.91, M. Biceps Brachii kası sağ 85.93 sol 64.70, Longissimus Thoracis kası sağ 51.17 sol 51.71, Trapezius kası sağ 85.09 sol 55.15 olarak bulunmuştur.

Havarişko oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior kası ve sol M. Quadriceps Femoris kası; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve sol M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Havarişko oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol bacağa oranla fazla kullanılırken, sol bacağın üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ ve sol tarafı birbirine yakın oranda kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 11. Hır-hır Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.50 | 721.81 | 77.95 | 88.83 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.30 | 1529.93 | 107.98 | 151.41 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 1.92 | 785.87 | 96.85 | 94.66 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.32 | 1128.97 | 91.59 | 118.76 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 3.37 | 520.27 | 58.10 | 61.07 |
| | M. Biceps Brachii | 2.44 | 467.53 | 41.69 | 61.78 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.83 | 745.55 | 38.04 | 51.02 |
| | M. Biceps Brachii | 1.93 | 308.59 | 30.99 | 44.86 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.90 | 313.43 | 42.06 | 26.05 |
| | M. Trapezius | 3.18 | 390.52 | 64.23 | 59.25 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.58 | 2285.77 | 49.48 | 124.72 |
| | M. Trapezius | 2.21 | 751.62 | 77.14 | 75.75 |

Hırhır oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 77.95 sol 96.85, M. Quadriceps Femoris kası sağ 107.98sol 91.59, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 58.10 sol 38.04, M. Biceps Brachii kası sağ 41.69 sol 30.99, Longissimus Thoracis kası sağ 42.06 sol 49.48, Trapezius kası sağ 64.23 sol 77.14 olarak bulunmuştur.

Hırhır oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior kası ve sağ M. Quadriceps Femoris kası; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Longissimus Thoracis ve Trapezius kasları daha fazla kasılmıştır.

Hırhır oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin ve kürek kasının sol tarafı sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 12. Kaba Hava Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 1.22 | 672.38 | 58.20 | 61.27 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.26 | 338.01 | 29.35 | 34.50 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 1.27 | 588.45 | 65.78 | 71.28 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.13 | 335.16 | 36.91 | 46.79 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.15 | 254.45 | 22.25 | 22.41 |
| | M. Biceps Brachii | 4.85 | 550.17 | 57.63 | 38.41 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.55 | 444.16 | 30.47 | 37.13 |
| | M. Biceps Brachii | 1.63 | 171.06 | 28.51 | 22.16 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.35 | 91.13 | 20.69 | 12.93 |
| | M. Trapezius | 8.20 | 744.36 | 120.20 | 71.85 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.05 | 157.84 | 24.98 | 19.90 |
| | M. Trapezius | 7.19 | 281.55 | 61.73 | 34.62 |

Kaba Hava oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 58.20 sol 65.78, M. Quadriceps Femoris kası sağ 29.35sol 36.91, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 22.25 sol 30.47, M. Biceps Brachii kası sağ 57.63 sol 28.51, Longissimus Thoracis kası sağ 20.69 sol 24.98, Trapezius kası sağ 120.20 sol 61.73 olarak bulunmuştur.

Kaba Hava oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Kaba Hava oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 13. Kırat Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.95 | 744.30 | 98.20 | 105.23 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.52 | 953.78 | 118.10 | 142.03 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.10 | 499.55 | 117.61 | 80.04 |
| | M. Quadriceps Femoris | 3.03 | 1196.46 | 88.25 | 121.05 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 3.60 | 612.66 | 75.69 | 62.13 |
| | M. Biceps Brachii | 1.96 | 348.97 | 62.56 | 57.63 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.71 | 356.45 | 34.69 | 33.35 |
| | M. Biceps Brachii | 2.57 | 359.06 | 60.60 | 48.85 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.98 | 146.94 | 40.82 | 24.26 |
| | M. Trapezius | 3.07 | 315.04 | 57.29 | 44.68 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.65 | 1660.64 | 43.98 | 110.11 |
| | M. Trapezius | 3.68 | 243.20 | 53.42 | 38.14 |

Kırat oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 98.20 sol 117.61, M. Quadriceps Femoris kası sağ 118.10sol 88.25, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 75.69 sol 34.69, M. Biceps Brachii kası sağ 62.56 sol 60.60, Longissimus Thoracis kası sağ 40.82 sol 43.98, Trapezius kası sağ 57.29 sol 53.42 olarak bulunmuştur.

Kırat oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior kası ve sağ M. Quadriceps Femoris kası; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Kırat oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt tarafı sol kola oranla fazla kullanılırken, sağ ve sol kolunüst kısmı birbirine yakın oranda kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 14. Mani Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.11 | 570.79 | 110.88 | 79.25 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.14 | 758.03 | 82.93 | 88.54 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.02 | 598.68 | 85.27 | 76.05 |
| | M. Quadriceps Femoris | 3.66 | 1136.41 | 96.76 | 143.03 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.02 | 345.65 | 23.72 | 31.45 |
| | M. Biceps Brachii | 1.80 | 177.93 | 22.57 | 25.99 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 5.51 | 495.40 | 32.55 | 29.59 |
| | M. Biceps Brachii | 1.52 | 245.81 | 22.62 | 27.86 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.03 | 154.10 | 30.66 | 19.07 |
| | M. Trapezius | 2.58 | 463.68 | 73.95 | 67.90 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.16 | 728.73 | 41.34 | 53.54 |
| | M. Trapezius | 2.94 | 203.72 | 33.56 | 22.52 |

Mane oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 110.88 sol 85.27, M. Quadriceps Femoris kası sağ 82.93sol 96.76, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 23.72 sol 32.55, M. Biceps Brachii kası sağ 22.57 sol 22.62, Longissimus Thoracis kası sağ 30.66 sol 41.34, Trapezius kası sağ 73.95 sol 33.56 olarak bulunmuştur.

Mane oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior kası ve sol M. Quadriceps Femoris kası; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Mane oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol bacağa oranla fazla kullanılırken, sol bacağın üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanılırken, sağ ve sol kolun üst kısmı birbirine yakın oranda kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 15. Pekmez Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.58 | 275.64 | 59.87 | 42.10 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.28 | 259.32 | 49.80 | 52.37 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.02 | 227.21 | 28.51 | 26.95 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.41 | 173.03 | 18.33 | 19.89 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.33 | 76.57 | 11.96 | 9.53 |
| | M. Biceps Brachii | 3.84 | 130.64 | 25.67 | 16.06 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.49 | 220.34 | 12.05 | 12.20 |
| | M. Biceps Brachii | 1.53 | 174.12 | 30.67 | 27.99 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.57 | 83.84 | 25.45 | 12.19 |
| | M. Trapezius | 5.45 | 190.35 | 55.47 | 26.35 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.89 | 125.82 | 24.04 | 13.98 |
| | M. Trapezius | 6.76 | 158.91 | 46.17 | 22.31 |

Pekmez oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 59.87 sol 28.51, M. Quadriceps Femoris kası sağ 49.80sol 18.33, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 11.96 sol 12.05, M. Biceps Brachii kası sağ 25.67 sol 30.67, Longissimus Thoracis kası sağ 25.45 sol 24.04, Trapezius kası sağ 55.47 sol 46.17 olarak bulunmuştur.

Pekmez oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sağ Longissimus Thoracis ve Trapezius kasları daha fazla kasılmıştır.

Pekmez oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt ve üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ ve sol kolun alt tarafı birbirine yakın oranda kullanılırken, sol kolun üst tarafı sağ kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ ve sol tarafı birbirine yakın oranda kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 16. Susam Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.80 | 416.95 | 85.61 | 66.90 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.42 | 1134.95 | 85.76 | 139.19 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 1.39 | 588.50 | 65.15 | 54.25 |
| | M. Quadriceps Femoris | 3.07 | 839.42 | 104.53 | 133.78 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 4.69 | 495.63 | 39.41 | 47.28 |
| | M. Biceps Brachii | 1.81 | 771.19 | 51.67 | 79.29 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 4.11 | 642.63 | 36.28 | 39.06 |
| | M. Biceps Brachii | 1.68 | 364.32 | 31.92 | 38.58 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.41 | 378.31 | 32.43 | 34.74 |
| | M. Trapezius | 2.89 | 585.18 | 95.01 | 95.44 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.58 | 683.97 | 38.14 | 44.26 |
| | M. Trapezius | 2.15 | 214.81 | 42.60 | 37.65 |

Susam oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 85.61 sol 65.15, M. Quadriceps Femoris kası sağ 85.76sol 104.53, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 39.41 sol 36.28, M. Biceps Brachii kası sağ 51.67 sol 31.92, Longissimus Thoracis kası sağ 32.43 sol 38.14, Trapezius kası sağ 95.01 sol 42.60 olarak bulunmuştur.

Susam oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior kası ve sol M. Quadriceps Femoris kası; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Susam oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol bacağa oranla fazla kullanılırken, sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 17. Tokat Ağırlaması Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.53 | 620.70 | 65.17 | 68.15 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.33 | 1604.22 | 60.92 | 109.12 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.59 | 574.04 | 75.63 | 65.46 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.69 | 894.06 | 42.14 | 82.58 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.04 | 1140.59 | 27.27 | 84.17 |
| | M. Biceps Brachii | 2.22 | 417.27 | 36.11 | 31.01 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.48 | 380.44 | 18.42 | 28.39 |
| | M. Biceps Brachii | 1.92 | 304.23 | 43.52 | 34.25 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.76 | 152.62 | 30.29 | 18.53 |
| | M. Trapezius | 2.59 | 6626.21 | 77.79 | 189.27 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.27 | 1683.73 | 42.98 | 116.17 |
| | M. Trapezius | 3.54 | 672.78 | 79.52 | 63.06 |

Tokat Ağırlaması oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 65.17 sol 75.63, M. Quadriceps Femoris kası sağ 60.92sol 42.14, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 27.27 sol 18.42, M. Biceps Brachii kası sağ 36.11 sol 43.52, Longissimus Thoracis kası sağ 30.29 sol 42.98, Trapezius kası sağ 77.79 sol 79.52 olarak bulunmuştur.

Tokat Ağırlaması oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior kası ve sağ M. Quadriceps Femoris kası; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis kası ve sol M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis ve Trapezius kasları daha fazla kasılmıştır.

Tokat Ağırlaması oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt tarafı sol kola oranla fazla kullanılırken, sol kolun üst tarafı sağ kola oranla daha fazla oranla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasının sağ ve sol tarafı birbirine yakın oranda kullanılmaktadır.

**Tablo 18. Tırgi Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.19 | 364.89 | 80.40 | 62.82 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.25 | 448.40 | 66.90 | 88.21 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.31 | 498.69 | 97.33 | 75.11 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.35 | 902.74 | 74.76 | 103.81 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.30 | 206.44 | 21.99 | 23.31 |
| | M. Biceps Brachii | 4.24 | 916.46 | 49.48 | 81.78 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 3.94 | 162.39 | 31.55 | 25.50 |
| | M. Biceps Brachii | 1.55 | 194.34 | 13.69 | 18.15 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.07 | 137.80 | 32.00 | 16.16 |
| | M. Trapezius | 3.68 | 332.80 | 59.34 | 52.78 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.58 | 591.08 | 68.07 | 58.41 |
| | M. Trapezius | 5.38 | 137.25 | 30.53 | 17.80 |

Tırge oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 80.40 sol 97.33, M. Quadriceps Femoris kası sağ 66.90sol 74.76, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 21.99 sol 31.55, M. Biceps Brachii kası sağ 49.48 sol 13.69, Longissimus Thoracis kası sağ 32.00 sol 68.07, Trapezius kası sağ 59.34 sol 30.53 olarak bulunmuştur.

Tırge oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Tırge oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 19. Zennube Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.08 | 468.53 | 69.29 | 59.07 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.41 | 462.16 | 64.13 | 80.51 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 1.54 | 213.46 | 44.02 | 38.01 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.94 | 654.97 | 55.05 | 86.03 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 4.25 | 1276.00 | 66.02 | 148.08 |
| | M. Biceps Brachii | 2.20 | 1070.43 | 71.04 | 101.32 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 5.83 | 378.75 | 41.84 | 46.00 |
| | M. Biceps Brachii | 1.58 | 389.74 | 38.04 | 42.33 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.91 | 120.35 | 27.15 | 19.39 |
| | M. Trapezius | 6.56 | 467.56 | 94.42 | 69.11 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.47 | 603.66 | 39.78 | 51.86 |
| | M. Trapezius | 4.07 | 229.06 | 49.02 | 41.07 |

Zennube oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 69.29 sol 44.02, M. Quadriceps Femoris kası sağ 64.13sol 55.05, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 66.02 sol 41.84, M. Biceps Brachii kası sağ 71.04 sol 38.04, Longissimus Thoracis kası sağ 27.15 sol 39.78, Trapezius kası sağ 94.42 sol 49.02 olarak bulunmuştur.

Zennube oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Zennube oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt ve üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 20. Halay Türü Oyunların İcrasında Oyun Bazında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Dik Halay | Halay | Havarişko | Hırhır | Kaba Hava | Kırat | Mane | Pekmez | Susam | Tokat Ağırlaması | Tırge | Zennube | Ortalama |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Sağ Bacak | M. Tibialis Anterior | 109.15 | 116.16 | 12.72 | 77.95 | 58.20 | 98.20 | 110.88 | 69.87 | 85.61 | 65.17 | 80.40 | 69.29 | 86.97 |
| | M. Quadriceps Femoris | 90.15 | 148.87 | 86.94 | 107.98 | 29.35 | 118.10 | 82.93 | 49.80 | 85.76 | 60.92 | 66.90 | 64.13 | 82,65 |
| Sol Bacak | M. Tibialis Anterior | 85.88 | 133.84 | 98.88 | 96.85 | 65.78 | 117.61 | 85.27 | 28.51 | 65.15 | 75.63 | 97.33 | 44.02 | 82.90 |
| | M. Quadriceps Femoris | 120.98 | 106.53 | 124.86 | 91.59 | 36.91 | 88.25 | 96.76 | 18.33 | 104.53 | 42.14 | 74.76 | 55.05 | 80.06 |
| Sağ Kol | M. Flexör Digitorum Superficialis | 30.82 | 24.07 | 63.62 | 58.10 | 22.25 | 75.69 | 23.72 | 11.96 | 39.41 | 27.27 | 21.99 | 66.02 | 37.91 |
| | M. Biceps Brachii | 11.15 | 8.40 | 85.93 | 41.69 | 57.63 | 62.56 | 22.57 | 25.67 | 51.67 | 36.11 | 49.48 | 71.04 | 44.49 |
| Sol Kol | M. Flexör Digitorum Superficialis | 14.37 | 18.91 | 50.91 | 38.04 | 30.47 | 34.69 | 32.55 | 12.05 | 36.28 | 18.42 | 31.55 | 41.84 | 31.67 |
| | M. Biceps Brachii | 17.33 | 9.96 | 64.70 | 30.99 | 28.51 | 60.60 | 22.62 | 30.67 | 31.92 | 43.52 | 13.69 | 38.04 | 32.71 |
| Sağ Sırt | M. Longissimus Thoracis | 38.34 | 42.73 | 51.17 | 42.06 | 20.69 | 40.82 | 30.66 | 25.45 | 32.43 | 30.29 | 32.00 | 27.15 | 34.48 |
| | M. Trapezius | 68.84 | 46.12 | 85.09 | 64.23 | 120.20 | 57.29 | 73.95 | 55.47 | 95.01 | 77.79 | 59.34 | 94.42 | 74.81 |
| Sol Sırt | M. Longissimus Thoracis | 29.25 | 28.27 | 51.71 | 49.48 | 24.98 | 43.98 | 41.34 | 24.04 | 38.14 | 42.98 | 68.07 | 39.78 | 43.50 |
| | M. Trapezius | 40.65 | 47.45 | 55.15 | 77.14 | 61.73 | 53.42 | 33.56 | 46.17 | 42.60 | 79.52 | 30.53 | 49.02 | 51.41 |

Seçilen halay türü oyunların icrasında oyun bazında kullanılan kasların kullanım oranlarının ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 86.97 sol 82.90, M. Quadriceps Femoris kası sağ 82.65 sol 80.06, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 37.91sol 31.67, M. Biceps Brachii kası sağ 44.49 sol 32.71, Longissimus Thoracis kası sağ 34.48 sol 43.50, Trapezius kası sağ 74.81 sol 51.41 olarak bulunmuştur.

Seçilen halay türü oyunların icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağFlexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta solLongissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Seçilen halay türü oyunlarının hareket yapıları itibarı ile sağ bacağın alt ve üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola

oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

### 4.2. Horon

Horon türü oyunlarda genel olarak hareketler taban kullanılarak yapılır ve yere sert basılır. Tüm beden dizlerin öne – geri vurdurulması ile titrenerek, omuzlar, bel ve kollar sallanarak, ayaklar ileriye sertçe atılarak kullanılır (Gülbeyaz, 2005: 118). Doğu ve Orta Karadeniz bölgesinde yoğun olarak oynanan horon türü oyunlara Kuzeydoğu Anadolu ve İç Anadolu'nun iç kesimlerinde rastlanır.

**Tablo 21. Deli Horon Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.51 | 828.78 | 144.91 | 109.69 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.32 | 1322.01 | 145.12 | 167.01 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 6.72 | 610.89 | 127.34 | 104.29 |
| | M. Quadriceps Femoris | 3.84 | 2214.64 | 220.45 | 266.77 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 7.08 | 1827.16 | 113.04 | 179.95 |
| | M. Biceps Brachii | 3.52 | 2782.52 | 158.49 | 216.11 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 9.33 | 1075.25 | 136.28 | 138.66 |
| | M. Biceps Brachii | 4.11 | 2152.85 | 111.86 | 191.74 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.49 | 1234.51 | 73.31 | 80.93 |
| | M. Trapezius | 6.77 | 591.63 | 122.25 | 98.83 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.27 | 883.20 | 85.67 | 88.35 |
| | M. Trapezius | 6.28 | 562.46 | 78.07 | 64.08 |

Deli horon oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 144.91 sol 127.34, M. Quadriceps Femoris kası sağ 145.12 sol 220.45, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 113.04 sol 136.28, M. Biceps Brachii kası sağ 158.49 sol 111.86, Longissimus Thoracis kası sağ 73.31 sol 85.67, Trapezius kası sağ 122.25 sol 78.07 olarak bulunmuştur.

Deli horon oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior kası ve sol M. Quadriceps Femoris kası; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Deli horon oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol bacağa oranla fazla kullanılırken, sol bacağın üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol

kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 22. Erkek Horonu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.96 | 492.14 | 104.34 | 68.52 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.44 | 748.30 | 83.06 | 101.93 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.15 | 750.44 | 83.25 | 81.64 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.60 | 1890.98 | 93.56 | 148.51 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.07 | 1573.90 | 46.99 | 96.85 |
| | M. Biceps Brachii | 2.03 | 456.88 | 48.56 | 45.17 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 4.92 | 837.75 | 47.53 | 61.79 |
| | M. Biceps Brachii | 1.66 | 554.36 | 28.16 | 37.83 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.85 | 260.35 | 49.30 | 33.60 |
| | M. Trapezius | 5.65 | 564.18 | 104.37 | 83.65 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.96 | 471.02 | 54.54 | 50.76 |
| | M. Trapezius | 3.92 | 280.99 | 65.08 | 49.09 |

Erkek horonu oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 104.34 sol 83.25, M. Quadriceps Femoris kası sağ 83.06sol 93.56, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 46.99 sol 47.53, M. Biceps Brachii kası sağ 48.56 sol 28.16, Longissimus Thoracis kası sağ 49.30 sol 54.54, Trapezius kası sağ 104.37 sol 65.08 olarak bulunmuştur.

Erkek horonu oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior kası ve sol M. Quadriceps Femoris kası; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Erkek horonu oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol bacağa oranla fazla kullanılırken, sol bacağın üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ ve sol kolun alt tarafı birbirine yakın oranda kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 23. Gürcü Horonu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 6.33 | 889.85 | 166.22 | 143.74 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.72 | 1660.28 | 170.23 | 242.61 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 7.59 | 908.55 | 120.04 | 149.80 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.99 | 1069.19 | 124.55 | 189.90 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.76 | 805.39 | 41.64 | 56.12 |
| | M. Biceps Brachii | 4.15 | 807.33 | 61.99 | 95.80 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 4.19 | 302.28 | 36.24 | 33.93 |
| | M. Biceps Brachii | 1.96 | 605.43 | 38.02 | 60.86 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 5.12 | 183.26 | 38.58 | 26.59 |
| | M. Trapezius | 3.38 | 445.44 | 68.08 | 57.15 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.52 | 591.52 | 65.41 | 62.12 |
| | M. Trapezius | 2.70 | 170.71 | 44.82 | 30.37 |

Gürcü horonu oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 166.22 sol 120.04, M. Quadriceps Femoris kası sağ 170.23 sol 124.55, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 41.64 sol 36.24, M. Biceps Brachii kası sağ 61.99 sol 38.02, Longissimus Thoracis kası sağ 38.58 sol 65.41, Trapezius kası sağ 68.08 sol 44.82 olarak bulunmuştur.

Gürcü horonu oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Trapezius kası ve sağ Longissimus Thoracis kası daha fazla kasılmıştır.

Gürcü horonu oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın altve üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 24. Hemşin Horonu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 12.17 | 1002.64 | 127.86 | 106.89 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.67 | 1084.51 | 134.19 | 138.64 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 12.55 | 895.42 | 139.48 | 132.45 |
| | M. Quadriceps Femoris | 6.91 | 1157.22 | 190.04 | 185.70 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 9.61 | 1647.26 | 149.41 | 215.62 |
| | M. Biceps Brachii | 8.92 | 1479.94 | 170.04 | 176.56 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 8.28 | 1046.51 | 169.29 | 177.96 |
| | M. Biceps Brachii | 6.37 | 1927.20 | 136.57 | 197.50 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 5.22 | 650.36 | 79.37 | 60.37 |
| | M. Trapezius | 6.03 | 781.22 | 180.68 | 152.12 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.08 | 1390.47 | 143.38 | 181.21 |
| | M. Trapezius | 7.41 | 374.60 | 92.10 | 70.12 |

Hemşin horonu oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 127.86 sol 139.48, M. Quadriceps Femoris kası sağ 134.19 sol 190.04, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 149.41 sol 169.29, M. Biceps Brachii kası sağ 170.04 sol 136.57, Longissimus Thoracis kası sağ 79.37 sol 143.38, Trapezius kası sağ 180.68 sol 92.10 olarak bulunmuştur.

Hemşin horonu oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Hemşin horonu oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 25. Hozangel Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 5.68 | 1394.24 | 112.73 | 109.47 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.94 | 1578.22 | 166.81 | 207.57 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.97 | 968.26 | 145.91 | 115.95 |
| | M. Quadriceps Femoris | 2.74 | 1082.41 | 113.31 | 127.31 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.32 | 1133.97 | 35.84 | 71.88 |
| | M. Biceps Brachii | 2.44 | 601.60 | 52.01 | 59.15 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.32 | 1415.82 | 34.00 | 73.42 |
| | M. Biceps Brachii | 1.66 | 253.42 | 39.53 | 35.12 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.58 | 366.59 | 49.57 | 36.98 |
| | M. Trapezius | 3.59 | 601.64 | 97.01 | 90.97 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.40 | 372.30 | 40.95 | 36.63 |
| | M. Trapezius | 3.30 | 679.35 | 104.39 | 92.55 |

Hozangel oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 112.73 sol 145.91, M. Quadriceps Femoris kası sağ 166.81sol 113.31, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 35.84 sol 34.00, M. Biceps Brachii kası sağ 52.01 sol 39.53, Longissimus Thoracis kası sağ 49.57 sol 40.95, Trapezius kası sağ 97.01 sol 104.39 olarak bulunmuştur.

Hozangel oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior kası ve sağ M. Quadriceps Femoris kası; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Hozangel oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ ve sol kolun alt tarafı birbirine yakın oranda kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 26. Kız Horonu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 5.98 | 477.93 | 97.45 | 74.55 |
| | M. Quadriceps Femoris | 2.32 | 1012.27 | 102.24 | 136.89 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 1.74 | 904.78 | 126.85 | 111.98 |
| | M. Quadriceps Femoris | 4.44 | 949.55 | 99.61 | 101.25 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.93 | 526.76 | 43.25 | 42.66 |
| | M. Biceps Brachii | 1.97 | 645.38 | 66.24 | 63.40 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.09 | 758.24 | 42.81 | 60.37 |
| | M. Biceps Brachii | 1.79 | 395.85 | 64.72 | 57.50 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.37 | 294.53 | 46.89 | 28.84 |
| | M. Trapezius | 3.30 | 351.03 | 73.97 | 52.17 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.26 | 182.72 | 32.40 | 20.03 |
| | M. Trapezius | 3.43 | 318.51 | 83.60 | 55.22 |

Kız horonu oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 97.45 sol 126.85, M. Quadriceps Femoris kası sağ 102.24sol 99.61, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 43.25 sol 42.81, M. Biceps Brachii kası sağ 66.24 sol 64.72, Longissimus Thoracis kası sağ 46.89 sol 32.40, Trapezius kası sağ 73.97 sol 83.60 olarak bulunmuştur.

Kız horonu oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior kası ve sağ M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Kız horonu oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ ve sol kolun alt ve üst tarafları birbirine yakın oranda kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 27. Tonya Horonu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 1.62 | 1406.84 | 128.01 | 148.70 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.06 | 2397.89 | 161.25 | 225.48 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 1.18 | 2953.10 | 230.35 | 263.99 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.23 | 2380.05 | 191.06 | 240.14 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.40 | 3135.95 | 61.60 | 145.97 |
| | M. Biceps Brachii | 2.72 | 1294.90 | 81.49 | 103.86 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.33 | 1306.94 | 42.13 | 78.36 |
| | M. Biceps Brachii | 2.14 | 929.64 | 44.23 | 72.81 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.83 | 654.34 | 87.10 | 76.95 |
| | M. Trapezius | 3.66 | 456.40 | 96.70 | 73.28 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.90 | 632.42 | 65.07 | 61.79 |
| | M. Trapezius | 3.37 | 542.98 | 94.56 | 75.03 |

Tonya horonu oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 128.01 sol 230.35, M. Quadriceps Femoris kası sağ 161.25 sol 191.06, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 61.60 sol 42.13, M. Biceps Brachii kası sağ 81.49 sol 44.23, Longissimus Thoracis kası sağ 87.10 sol 65.07, Trapezius kası sağ 96.70 sol 94.56 olarak bulunmuştur.

Tonya horonu oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sağ Longissimus Thoracis ve Trapezius kasları daha fazla kasılmıştır.

Tonya horonu oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ ve sol taraf sol taraf birbirine yakın oranda kullanılmaktadır.

**Tablo 28. Vazriya Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 1.45 | 1003.76 | 103.31 | 87.54 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.41 | 1294.68 | 85.51 | 112.31 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.16 | 1275.35 | 112.16 | 128.75 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.72 | 1320.47 | 143.91 | 196.52 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 4.46 | 2213.65 | 105.61 | 207.22 |
| | M. Biceps Brachii | 4.40 | 2400.29 | 121.87 | 188.30 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 3.76 | 1685.53 | 75.90 | 122.68 |
| | M. Biceps Brachii | 2.79 | 1868.80 | 101.92 | 151.21 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 6.00 | 1598.50 | 62.49 | 96.67 |
| | M. Trapezius | 5.20 | 766.01 | 123.42 | 116.90 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 6.17 | 798.20 | 74.58 | 87.42 |
| | M. Trapezius | 4.13 | 349.38 | 65.25 | 52.59 |

Vazriya oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 103.31sol 112.16, M. Quadriceps Femoris kası sağ 85.51sol 143.91, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 105.61 sol 75.90, M. Biceps Brachii kası sağ 121.87 sol 101.92, Longissimus Thoracis kası sağ 62.49 sol 74.58, Trapezius kası sağ 123.42 sol 65.25 olarak bulunmuştur.

Vazriya oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Vazriya oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 29. Horon Türü Oyunların İcrasında Oyun Bazında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Deli Horon | Erkek Horonu | Gürcü Horonu | Hemşin Horonu | Hozangel | Kız Horonu | Tonya Horonu | Vazriya | Ortalama |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Sağ Bacak | M. Tibialis Anterior | 144.91 | 104.34 | 166.22 | 127.86 | 112.73 | 97.45 | 128.01 | 103.31 | 123.10 |
| | M. Quadriceps Femoris | 145.12 | 83.06 | 170.23 | 134.19 | 166.81 | 102.24 | 161.25 | 85.51 | 131.05 |
| Sol Bacak | M. Tibialis Anterior | 127.34 | 83.25 | 120.04 | 139.48 | 145.91 | 126.85 | 230.35 | 112.16 | 135.67 |
| | M. Quadriceps Femoris | 220.45 | 93.56 | 124.55 | 190.04 | 113.31 | 99.61 | 191.06 | 143.91 | 147.06 |
| Sağ Kol | M. Flexör Digitorum Superficialis | 113.04 | 46.99 | 41.64 | 149.41 | 35.84 | 43.25 | 61.60 | 105.61 | 74.67 |
| | M. Biceps Brachii | 158.49 | 48.56 | 61.99 | 170.04 | 52.01 | 66.24 | 81.49 | 121.87 | 95.09 |
| Sol Kol | M. Flexör Digitorum Superficialis | 136.28 | 47.53 | 36.24 | 169.29 | 34.00 | 42.81 | 42.13 | 75.90 | 73.02 |
| | M. Biceps Brachii | 111.86 | 28.16 | 38.02 | 136.57 | 39.53 | 64.72 | 44.23 | 101.92 | 70.63 |
| Sağ Sırt | M. Longissimus Thoracis | 73.31 | 49.30 | 38.58 | 79.37 | 49.57 | 46.89 | 87.10 | 62.49 | 60.83 |
| | M. Trapezius | 122.25 | 104.37 | 68.08 | 180.68 | 97.01 | 73.97 | 96.70 | 123.42 | 108.31 |
| Sol Sırt | M. Longissimus Thoracis | 85.67 | 54.54 | 65.41 | 143.38 | 40.95 | 32.40 | 65.07 | 74.58 | 70.25 |
| | Trapezius | 78.07 | 65.08 | 44.82 | 92.10 | 104.39 | 83.60 | 94.56 | 65.25 | 78.48 |

Seçilen horon türü oyunların icrasında oyun bazında kullanılan kasların kullanım oranlarının ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 123.10sol 135.67, M. Quadriceps Femoris kası sağ 131.05 sol 147.06, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 74.67 sol 73.02, M. Biceps Brachii kası sağ 95.09 sol 70.63, Longissimus Thoracis kası sağ 60.83 sol 70.25, Trapezius kası sağ 108.31 sol 78.48 olarak bulunmuştur.

Seçilen horon türü oyunların icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta solLongissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Seçilen horon türü oyunlarının hareket yapıları itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

### 4.4. Karşılama

Karşılama türü oyunlar genel olarak şu şekilde oynanır: Ayaklar çekilerek, topuktan tabana, topuk – pençe basarak, dizden yaylanarak ve pençede esnemeli kullanılır. Vücut yumuşak, kıvrak ve esnek kullanılır. Trakya bölgesi dışında kalan bölgelerde ki karşılamalarda ellerde kaşık kullanılır (Gülbeyaz, 2005: 151). Yoğun olarak Marmara bölgesinde oynanan oyunlar Ege, Akdeniz, Batı Karadeniz ve İç Anadolu bölgelerinde de oynanmaktadır.

**Tablo 30. Ahmet Bey Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.93 | 437.50 | 111.31 | 58.39 |
| | M. Quadriceps Femoris | 3.28 | 782.08 | 129.18 | 114.24 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 6.00 | 539.74 | 114.98 | 73.12 |
| | M. Quadriceps Femoris | 9.66 | 459.64 | 138.56 | 85.53 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 8.64 | 401.57 | 41.33 | 37.63 |
| | M. Biceps Brachii | 7.30 | 489.26 | 121.85 | 72.80 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 8.35 | 275.50 | 41.38 | 25.39 |
| | M. Biceps Brachii | 5.42 | 203.19 | 37.88 | 29.28 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 9.81 | 206.30 | 63.48 | 36.49 |
| | M. Trapezius | 12.33 | 316.95 | 92.85 | 64.47 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 9.46 | 280.49 | 55.90 | 36.53 |
| | M. Trapezius | 5.33 | 234.98 | 48.64 | 33.56 |

Ahmet Bey oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 111.31 sol 114.98, M. Quadriceps Femoris kası sağ 129.18 sol 138.56, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 41.33 sol 41.38, M. Biceps Brachii kası sağ 121.85 sol 37.88, Longissimus Thoracis kası sağ 63.48 sol 55.90, Trapezius kası sağ 92.85 sol 48.64 olarak bulunmuştur.

Ahmet Bey oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sağ Longissimus Thoracis ve Trapezius kasları daha fazla kasılmıştır.

Ahmet Bey oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ ve sol kolun alt tarafı birbirine yakın oranda kullanılmakla beraber, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin ve kürek kasının sol tarafı sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 31. Arzu ile Kanber Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.82 | 865.32 | 114.87 | 73.61 |
| | M. Quadriceps Femoris | 4.97 | 1007.84 | 115.94 | 139.55 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.87 | 422.10 | 127.36 | 81.48 |
| | M. Quadriceps Femoris | 4.21 | 718.92 | 148.21 | 126.31 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.05 | 1112.58 | 66.96 | 156.13 |
| | M. Biceps Brachii | 2.90 | 516.21 | 70.00 | 49.68 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.88 | 875.94 | 47.64 | 86.21 |
| | M. Biceps Brachii | 1.83 | 280.34 | 81.92 | 57.71 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.89 | 188.03 | 40.12 | 26.37 |
| | M. Trapezius | 8.72 | 722.72 | 158.60 | 124.68 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.60 | 355.04 | 38.99 | 41.22 |
| | M. Trapezius | 11.83 | 705.87 | 200.88 | 152.40 |

Azu ile Kanber oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 114.87 sol 127.36, M. Quadriceps Femoris kası sağ 115.94 sol 148.21, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 66.96 sol 47.64, M. Biceps Brachii kası sağ 70.00 sol 81.92, Longissimus Thoracis kası sağ 40.12 sol 38.99, Trapezius kası sağ 158.60 sol 200.88 olarak bulunmuştur.

Arzu ile Kanber oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis kası ve sol M. Biceps Brachii kası ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Arzu ile Kanber oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt tarafı sol kola oranla fazla kullanılırken, sol kolun üst tarafı sağ kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ ve sol tarafı birbirine yakın oranda kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 32. Küçük Oyun Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.99 | 622.17 | 117.27 | 86.54 |
| | M. Quadriceps Femoris | 2.73 | 841.19 | 130.98 | 127.18 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.21 | 430.85 | 104.47 | 68.67 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.46 | 1051.58 | 104.86 | 115.56 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.09 | 1086.68 | 53.67 | 98.39 |
| | M. Biceps Brachii | 4.93 | 681.32 | 75.14 | 60.58 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.80 | 515.14 | 34.41 | 53.63 |
| | M. Biceps Brachii | 6.53 | 332.14 | 96.88 | 55.49 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.65 | 189.51 | 38.10 | 26.16 |
| | M. Trapezius | 4.31 | 523.67 | 114.39 | 95.63 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.18 | 167.26 | 29.15 | 20.40 |
| | M. Trapezius | 4.04 | 633.60 | 139.39 | 102.48 |

Küçük Oyun oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 117.27 sol 104.47, M. Quadriceps Femoris kası sağ 130.98 sol 104.86, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 53.67 sol 34.41, M. Biceps Brachii kası sağ 75.14 sol 96.88, Longissimus Thoracis kası sağ 38.10 sol 29.15, Trapezius kası sağ 114.39 sol 139.39 olarak bulunmuştur.

Küçük Oyun oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis kası ve sol M. Biceps Brachii kası ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Küçük Oyun oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt ve üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt tarafı sol kola oranla fazla kullanılırken, sol kolun üst tarafı sağ kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 33. Menevşe Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.25 | 649.76 | 112.83 | 74.36 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.69 | 801.98 | 111.26 | 130.85 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.39 | 937.99 | 128.58 | 88.17 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.99 | 705.16 | 128.80 | 104.29 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.27 | 1275.96 | 78.70 | 119.86 |
| | M. Biceps Brachii | 2.47 | 639.23 | 104.26 | 82.52 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.35 | 806.15 | 91.98 | 102.35 |
| | M. Biceps Brachii | 3.20 | 612.67 | 125.51 | 82.47 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 5.35 | 232.63 | 44.42 | 27.76 |
| | M. Trapezius | 4.76 | 567.45 | 117.91 | 112.98 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.74 | 316.85 | 38.65 | 30.58 |
| | M. Trapezius | 5.61 | 723.36 | 149.61 | 134.86 |

Menevşe oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 112.83 sol 128.58, M. Quadriceps Femoris kası sağ 111.26 sol 128.80, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 78.70 sol 91.98, M. Biceps Brachii kası sağ 104.26 sol 125.51, Longissimus Thoracis kası sağ 44.42 sol 38.65, Trapezius kası sağ 117.91 sol 149.61 olarak bulunmuştur.

Menevşe oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Menevşe oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt ve üst tarafı sağ kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranlafazla kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 34. Süleyman Ağa Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.87 | 584.29 | 69.54 | 57.67 |
| | M. Quadriceps Femoris | 3.11 | 557.34 | 72.96 | 84.79 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 5.29 | 712.98 | 102.45 | 85.59 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.86 | 532.35 | 84.86 | 93.89 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 4.25 | 1085.37 | 19.83 | 56.01 |
| | M. Biceps Brachii | 4.45 | 229.16 | 51.01 | 33.33 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 3.26 | 244.49 | 20.86 | 23.00 |
| | M. Biceps Brachii | 4.86 | 261.11 | 62.39 | 40.25 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.96 | 118.97 | 31.17 | 19.89 |
| | M. Trapezius | 5.89 | 432.84 | 103.14 | 72.08 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.64 | 130.95 | 20.74 | 17.16 |
| | M. Trapezius | 11.48 | 515.30 | 113.75 | 74.68 |

Süleyman Ağa oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 69.54 sol 102.45, M. Quadriceps Femoris kası sağ 72.96 sol 84.86, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 19.83 sol 20.86, M. Biceps Brachii kası sağ 51.01 sol 62.39, Longissimus Thoracis kası sağ 31.17 sol 20.74, Trapezius kası sağ 103.14 sol 113.75 olarak bulunmuştur.

Süleyman Ağa oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Süleyman Ağa oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ ve sol kolun alt tarafı birbirine yakın oranda kullanılırken, sol kolun üst tarafı sağ kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 35. Karşılama Türü Oyunların İcrasında Oyun Bazında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Ahmet Bey | Arzu ile Kanber | Küçük Oyun | Menevşe | Süleyman Ağa | Ortalama |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Sağ Bacak | M. Tibialis Anterior | 111.31 | 114.87 | 117.27 | 112.83 | 69.54 | 103.16 |
| | M. Quadriceps Femoris | 129.18 | 115.94 | 130.98 | 111.26 | 72.96 | 112.06 |
| Sol Bacak | M. Tibialis Anterior | 114.98 | 127.36 | 104.47 | 128.58 | 102.45 | 115.57 |
| | M. Quadriceps Femoris | 138.56 | 148.21 | 104.86 | 128.80 | 84.86 | 121.06 |
| Sağ Kol | M. Flexör Digitorum Superficialis | 41.33 | 66.96 | 53.67 | 78.70 | 19.83 | 52.10 |
| | M. Biceps Brachii | 121.85 | 70.00 | 75.14 | 104.26 | 51.01 | 84.45 |
| Sol Kol | M. Flexör Digitorum Superficialis | 41.38 | 47.64 | 34.41 | 91.98 | 20.86 | 47.25 |
| | M. Biceps Brachii | 37.88 | 81.92 | 96.88 | 125.51 | 62.39 | 80.92 |
| Sağ Sırt | M. Longissimus Thoracis | 63.48 | 40.12 | 38.10 | 44.42 | 31.17 | 43.46 |
| | M. Trapezius | 92.85 | 158.60 | 114.39 | 117.91 | 103.14 | 117.38 |
| Sol Sırt | M. Longissimus Thoracis | 55.90 | 38.99 | 29.15 | 38.65 | 20.74 | 36.69 |
| | M. Trapezius | 48.64 | 200.88 | 139.39 | 149.61 | 113.75 | 130.45 |

Seçilen karşılama türü oyunların icrasında oyun bazında kullanılan kasların kullanım oranlarının ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 103.16sol 15.57, M. Quadriceps Femoris kası sağ 112.06 sol 121.06, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 52.10 sol 47.25, M. Biceps Brachii kası sağ 84.45 sol 80.92, Longissimus Thoracis kası sağ 43.46 sol 36.69, Trapezius kası sağ 117.38 sol 130.45 olarak bulunmuştur.

Seçilen karşılama türü oyunların icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sağLongissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Seçilen karşılama türü oyunlarının hareket yapıları itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol

kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

### 4.5. Zeybek

Zeybek türü oyunlarda hareketler topuktan tabana basarak, dönmeli, dizleri yukarı çekerek yürümeli ve diz vurularak çökmelidir. Kıvrak zeybeklerde ve teke oyunlarında hareketler daha seri ama kullanış teknikleri ağır zeybeklerle aynıdır. Kıvrak zeybeklerde ellerde kaşık kullanılır. Zeybekler genellikle Ege ve Akdeniz bölgelerinde ve kısmen Marmara, İç Anadolu ve Batı Karadeniz bölgelerinde oynanmaktadır (Gülbeyaz, 2005: 199).

**Tablo 36. Ataköy Zeybeği Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.06 | 810.13 | 78.72 | 78.41 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.24 | 743.73 | 58.77 | 83.99 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 1.79 | 509.55 | 84.54 | 73.74 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.16 | 930.05 | 82.08 | 110.30 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.53 | 592.43 | 31.71 | 38.01 |
| | M. Biceps Brachii | 2.79 | 878.49 | 51.53 | 66.63 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.36 | 456.05 | 32.86 | 43.38 |
| | M. Biceps Brachii | 1.56 | 319.81 | 24.34 | 25.91 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.03 | 186.93 | 29.35 | 19.50 |
| | M. Trapezius | 4.28 | 606.15 | 132.10 | 101.84 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.52 | 329.81 | 37.24 | 29.04 |
| | M. Trapezius | 3.68 | 267.85 | 69.57 | 45.78 |

Ataköy Zeybeği oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 78.72 sol 84.54, M. Quadriceps Femoris kası sağ 58.77 sol 82.08, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 31.71 sol 32.86, M. Biceps Brachii kası sağ 51.53 sol 24.34, Longissimus Thoracis kası sağ 29.35 sol 37.24, Trapezius kası sağ 132.10 sol 69.57 olarak bulunmuştur.

Ataköy Zeybeği oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Ataköy Zeybeği oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ ve sol kolun alt tarafı birbirine yakın oranda kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla

kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 37. Cemilem Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.46 | 435.98 | 93.20 | 69.23 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.20 | 946.48 | 95.16 | 114.81 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.56 | 561.85 | 103.31 | 81.48 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.53 | 822.79 | 102.45 | 126.24 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.14 | 1025.65 | 62.26 | 81.17 |
| | M. Biceps Brachii | 1.87 | 1333.08 | 87.19 | 114.98 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.29 | 1557.83 | 74.59 | 105.18 |
| | M. Biceps Brachii | 1.27 | 486.49 | 50.24 | 58.91 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.57 | 930.27 | 46.61 | 58.46 |
| | M. Trapezius | 7.02 | 621.30 | 130.02 | 108.20 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.89 | 1337.57 | 63.85 | 114.74 |
| | M. Trapezius | 4.10 | 355.96 | 78.77 | 68.55 |

Cemilem oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 93.20 sol 103.31, M. Quadriceps Femoris kası sağ 95.16 sol 102.45, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 62.26 sol 74.59, M. Biceps Brachii kası sağ 87.19 sol 50.24, Longissimus Thoracis kası sağ 46.61 sol 63.85, Trapezius kası sağ 130.02 sol 78.77 olarak bulunmuştur.

Cemilem oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Cemilem oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 38. Eski Harmandalı Zeybeği Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.19 | 398.53 | 87.71 | 65.12 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.81 | 721.06 | 58.09 | 70.77 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.05 | 653.69 | 78.87 | 82.68 |
| | M. Quadriceps Femoris | 2.04 | 650.46 | 82.79 | 107.63 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.93 | 178.72 | 31.35 | 30.00 |
| | M. Biceps Brachii | 4.66 | 234.93 | 62.63 | 39.34 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.33 | 340.89 | 48.80 | 44.37 |
| | M. Biceps Brachii | 1.68 | 160.97 | 27.68 | 18.77 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.34 | 172.37 | 28.07 | 18.77 |
| | M. Trapezius | 7.96 | 509.03 | 117.12 | 75.23 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 5.32 | 217.58 | 30.09 | 21.65 |
| | M. Trapezius | 5.65 | 214.61 | 68.47 | 34.08 |

Eski Harmandalı Zeybeği oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 87.71 sol 78.87, M. Quadriceps Femoris kası sağ 58.09 sol 82.79, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 31.35 sol 48.80, M. Biceps Brachii kası sağ 62.63 sol 27.68, Longissimus Thoracis kası sağ 28.07 sol 30.09, Trapezius kası sağ 117.12 sol 68.47 olarak bulunmuştur.

Eski Harmandalı Zeybeği oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior kası ve sol M. Quadriceps Femoris kası; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Eski Harmandalı Zeybeği oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, sol bacağın üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol ve sol tarafı birbirine yakın oranda kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 39. Ham Çökelek Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.49 | 799.34 | 91.81 | 85.59 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.15 | 939.26 | 79.42 | 107.27 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 2.55 | 780.45 | 86.13 | 83.83 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.26 | 856.14 | 99.50 | 144.03 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.28 | 1323.98 | 39.16 | 80.06 |
| | M. Biceps Brachii | 1.61 | 1345.94 | 59.96 | 86.96 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.56 | 748.05 | 30.76 | 48.25 |
| | M. Biceps Brachii | 1.42 | 313.16 | 39.60 | 37.38 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 2.74 | 268.60 | 32.71 | 20.72 |
| | M. Trapezius | 5.48 | 691.27 | 103.81 | 78.18 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.92 | 699.98 | 44.88 | 54.60 |
| | M. Trapezius | 3.80 | 264.27 | 58.43 | 36.88 |

Ham Çökelek oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 91.81 sol 86.13, M. Quadriceps Femoris kası sağ 79.42 sol 99.50, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 39.16 sol 30.76, M. Biceps Brachii kası sağ 59.96 sol 39.60, Longissimus Thoracis kası sağ 32.71 sol 44.88, Trapezius kası sağ 103.81 sol 58.43 olarak bulunmuştur.

Ham Çökelek oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior kası ve sol M. Quadriceps Femoris kası; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Ham Çökelek oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, sol bacağın üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 40. Hantuman Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 5.22 | 463.64 | 123.54 | 89.47 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.40 | 604.26 | 101.34 | 110.34 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.37 | 656.49 | 101.17 | 96.05 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.22 | 934.74 | 113.27 | 159.07 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.63 | 190.85 | 28.90 | 24.35 |
| | M. Biceps Brachii | 2.96 | 238.87 | 71.80 | 43.49 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.55 | 377.00 | 43.55 | 39.24 |
| | M. Biceps Brachii | 1.59 | 213.11 | 31.23 | 22.02 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 5.25 | 167.76 | 38.56 | 23.89 |
| | M. Trapezius | 4.64 | 785.10 | 177.85 | 112.04 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 5.49 | 548.20 | 47.43 | 56.54 |
| | M. Trapezius | 7.33 | 246.86 | 87.40 | 41.69 |

Hantuman oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 123.54 sol 101.17, M. Quadriceps Femoris kası sağ 101.34 sol 113.27, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 28.90 sol 43.55, M. Biceps Brachii kası sağ 71.80 sol 31.23, Longissimus Thoracis kası sağ 38.56 sol 47.43, Trapezius kası sağ 177.85 sol 87.40 olarak bulunmuştur.

Hantuman oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior kası ve sol M. Quadriceps Femoris kası; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Hantuman oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, sol bacağın üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanlırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 41. İğnem Düştü Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 8.04 | 503.92 | 83.47 | 67.53 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.51 | 479.52 | 68.94 | 80.02 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 6.55 | 511.67 | 100.07 | 70.91 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.33 | 778.92 | 79.03 | 86.89 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.43 | 941.73 | 50.58 | 90.48 |
| | M. Biceps Brachii | 3.23 | 1446.86 | 80.51 | 118.63 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 4.21 | 1252.60 | 44.37 | 93.24 |
| | M. Biceps Brachii | 2.45 | 410.75 | 58.14 | 56.13 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.89 | 149.16 | 29.30 | 19.20 |
| | M. Trapezius | 6.39 | 399.50 | 102.29 | 70.28 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.01 | 119.26 | 32.16 | 18.64 |
| | M. Trapezius | 4.53 | 200.35 | 65.78 | 43.58 |

İğnem Düştü oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 83.47 sol 100.07, M. Quadriceps Femoris kası sağ 68.94 sol 79.03, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 50.58 sol 44.37, M. Biceps Brachii kası sağ 80.51 sol 58.14, Longissimus Thoracis kası sağ 29.30 sol 32.16, Trapezius kası sağ 102.29 sol 65.78 olarak bulunmuştur.

İğnem Düştü oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

İğnem Düştü oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt ve üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 42. Kezban Yenge Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 6.40 | 483.27 | 69.60 | 43.38 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.33 | 319.24 | 60.85 | 55.93 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.95 | 420.62 | 99.52 | 63.89 |
| | M. Quadriceps Femoris | 2.49 | 509.46 | 91.30 | 97.91 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 4.29 | 730.11 | 58.73 | 72.52 |
| | M. Biceps Brachii | 3.28 | 1378.53 | 105.36 | 161.57 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 3.46 | 644.64 | 66.14 | 64.15 |
| | M. Biceps Brachii | 1.34 | 525.98 | 96.87 | 100.82 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 6.23 | 257.56 | 36.26 | 27.55 |
| | M. Trapezius | 4.13 | 676.65 | 79.12 | 84.61 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 7.47 | 757.18 | 54.48 | 62.94 |
| | M. Trapezius | 3.19 | 233.43 | 46.23 | 39.78 |

Kezban Yenge oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 69.60 sol 99.52, M. Quadriceps Femoris kası sağ 60.85 sol 91.30, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 58.73 sol 66.14, M. Biceps Brachii kası sağ 105.36 sol 96.87, Longissimus Thoracis kası sağ 36.26 sol 54.48, Trapezius kası sağ 79.12 sol 46.23 olarak bulunmuştur.

Kezban Yenge oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Kezban Yenge oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanlırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 43. Serenler Zeybeği Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.18 | 522.93 | 129.51 | 93.27 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.90 | 797.27 | 74.80 | 91.07 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.45 | 598.84 | 120.20 | 88.58 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.82 | 1294.92 | 103.72 | 137.91 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.21 | 579.03 | 60.39 | 60.20 |
| | M. Biceps Brachii | 3.03 | 1247.66 | 88.10 | 99.07 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 4.05 | 707.06 | 59.87 | 66.30 |
| | M. Biceps Brachii | 1.62 | 553.82 | 58.04 | 62.71 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.48 | 124.48 | 33.17 | 20.13 |
| | M. Trapezius | 4.97 | 824.28 | 124.91 | 100.71 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.15 | 455.57 | 36.63 | 33.08 |
| | M. Trapezius | 4.46 | 288.68 | 70.23 | 45.89 |

Serenler Zeybeği oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 129.51 sol 120.20, M. Quadriceps Femoris kası sağ 74.80 sol 103.72, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 60.39 sol 59.87, M. Biceps Brachii kası sağ 88.10 sol 58.04, Longissimus Thoracis kası sağ 33.17 sol 36.63, Trapezius kası sağ 124.91 sol 70.23 olarak bulunmuştur.

Serenler Zeybeği oyununun icrasında bacakta sağ M. Tibialis Anterior kası ve sol M. Quadriceps Femoris kası; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis ve M. Biceps Brachii kasları ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Serenler Zeybeği oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, sol bacağın üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ ve sol kolun alt tarafı birbirine yakın oranda kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 44. Silifke'nin Yoğurdu Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.78 | 411.74 | 81.30 | 53.00 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.61 | 474.17 | 69.05 | 68.78 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 4.08 | 576.43 | 101.90 | 76.94 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.41 | 715.51 | 95.69 | 115.88 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.32 | 1241.67 | 49.77 | 84.55 |
| | M. Biceps Brachii | 2.73 | 1495.80 | 81.01 | 110.11 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 3.45 | 879.64 | 52.93 | 90.12 |
| | M. Biceps Brachii | 1.88 | 286.93 | 38.72 | 32.95 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.14 | 249.26 | 36.00 | 20.09 |
| | M. Trapezius | 11.37 | 460.63 | 129.03 | 84.82 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 6.65 | 652.03 | 61.49 | 62.35 |
| | M. Trapezius | 7.42 | 261.40 | 67.95 | 41.03 |

Silifkenin Yoğurdu oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 81.30 sol 101.90, M. Quadriceps Femoris kası sağ 69.05 sol 95.69, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 49.77 sol 52.93, M. Biceps Brachii kası sağ 81.01 sol 38.72, Longissimus Thoracis kası sağ 36.00 sol 61.49, Trapezius kası sağ 129.03 sol 67.95 olarak bulunmuştur.

Silifkenin Yoğurdu oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Silifkenin Yoğurdu oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 45. Tavas Zeybeği Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.66 | 560.65 | 104.67 | 104.00 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.54 | 1355.05 | 98.45 | 157.02 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.84 | 1330.84 | 116.37 | 119.10 |
| | M. Quadriceps Femoris | 1.85 | 615.40 | 99.72 | 108.31 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.90 | 438.70 | 29.08 | 37.97 |
| | M. Biceps Brachii | 3.93 | 550.49 | 62.60 | 57.92 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.24 | 351.63 | 43.10 | 56.30 |
| | M. Biceps Brachii | 2.25 | 157.65 | 31.12 | 22.28 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.27 | 115.48 | 30.58 | 16.46 |
| | M. Trapezius | 8.48 | 503.13 | 167.01 | 84.99 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 4.14 | 208.52 | 36.87 | 27.00 |
| | M. Trapezius | 11.94 | 239.34 | 78.34 | 35.96 |

Tavas Zeybeği oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 104.67 sol 116.37, M. Quadriceps Femoris kası sağ 98.45 sol 99.72, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 29.08 sol 43.10, M. Biceps Brachii kası sağ 62.60 sol 31.12, Longissimus Thoracis kası sağ 30.58 sol 36.87, Trapezius kası sağ 167.01 sol 78.34 olarak bulunmuştur.

Tavas Zeybeği oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda sol Flexör Digitorum Superficialis kası ve sağ M. Biceps Brachii kası ile sırtta sol Longissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Tavas Zeybeği oyununun hareket yapısı itibarı ile sol bacağın alt tarafı sağ bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ ve sol bacağın üst tarafı aynı oranda kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sağ taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 46. Zigoş Oyununun İcrasında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Min. | Max. | Ort. | Std. Sap. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sağ Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.76 | 777.63 | 114.21 | 110.83 |
| | M. Quadriceps Femoris | 3.42 | 2307.48 | 139.41 | 184.25 |
| **Sol Bacak** | M. Tibialis Anterior | 3.74 | 757.66 | 125.63 | 111.81 |
| | M. Quadriceps Femoris | 4.29 | 888.79 | 117.52 | 124.04 |
| **Sağ Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 2.25 | 451.44 | 56.56 | 68.02 |
| | M. Biceps Brachii | 2.78 | 722.88 | 70.98 | 77.55 |
| **Sol Kol** | M. Flexör Digitorum Superficialis | 1.56 | 374.37 | 47.91 | 51.48 |
| | M. Biceps Brachii | 2.60 | 863.97 | 108.55 | 91.96 |
| **Sağ Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.58 | 230.98 | 49.14 | 31.73 |
| | M. Trapezius | 4.23 | 646.85 | 110.50 | 93.06 |
| **Sol Sırt** | M. Longissimus Thoracis | 3.89 | 474.34 | 38.08 | 32.40 |
| | M. Trapezius | 6.09 | 781.53 | 138.24 | 115.53 |

Zigoş oyununun icrasında kullanılan kasların kullanım oranları ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 114.21 sol 125.63, M. Quadriceps Femoris kası sağ 139.41 sol 117.52, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 56.56 sol 47.91, M. Biceps Brachii kası sağ 70.98 sol 108.55, Longissimus Thoracis kası sağ 49.14 sol 38.08, Trapezius kası sağ 110.50 sol 138.24 olarak bulunmuştur.

Zigoş oyununun icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior kası ve sağ M. Quadriceps Femoris kası; kolda sağ Flexör Digitorum Superficialis kası ve sol M. Biceps Brachii kası ile sırtta sağ Longissimus Thoracis kası ve sol Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Zigoş oyununun hareket yapısı itibarı ile sağ bacağın alt tarafı sol bacağa oranla fazla kullanılırken, sağ bacağın üst tarafı sol bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sağ kolun alt tarafı sol kola oranla fazla kullanılırken, sol kolun üst tarafı sağ kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sağ tarafı sol tarafa oranla fazla kullanılırken, kürek kasında sol taraf sağ tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

**Tablo 47. Zeybek Türü Oyunların İcrasında Oyun Bazında Seçilen Kasların Kasılma Oranları**

| | | Ataköy Zeybeği | Cemilem | Eski Harmandalı Zeybeği | Ham Çökelek | Hantuman | İğnem Düştü | Kezban Yenge | Serenler Zeybeği | Silifkenin Yoğurdu | Tavas Zeybeği | Zigoş | Ortalama |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Sağ Bacak | M. Tibialis Anterior | 78.72 | 93.20 | 87.71 | 91.81 | 123.54 | 83.47 | 69.60 | 129.51 | 81.30 | 104.67 | 114.21 | 96.16 |
| | M. Quadriceps Femoris | 58.77 | 95.16 | 58.09 | 79.42 | 101.34 | 68.94 | 60.85 | 74.80 | 69.05 | 98.45 | 139.41 | 82.21 |
| Sol Bacak | M. Tibialis Anterior | 84.54 | 103.31 | 78.87 | 86.13 | 101.17 | 100.07 | 99.52 | 120.20 | 101.90 | 116.37 | 125.63 | 101.61 |
| | M. Quadriceps Femoris | 82.08 | 102.45 | 82.79 | 99.50 | 113.27 | 79.03 | 91.30 | 103.72 | 95.69 | 99.72 | 117.52 | 97.01 |
| Sağ Kol | M. Flexör Digitorum Superficialis | 31.71 | 62.26 | 31.35 | 39.16 | 28.90 | 50.58 | 58.73 | 60.39 | 49.77 | 29.08 | 56.56 | 45.32 |
| | M. Biceps Brachii | 51.53 | 87.19 | 52.63 | 59.96 | 71.80 | 80.51 | 105.36 | 88.10 | 81.01 | 62.60 | 70.98 | 74.70 |
| Sol Kol | M. Flexör Digitorum Superficialis | 32.86 | 74.59 | 48.80 | 30.76 | 43.55 | 44.37 | 66.14 | 59.87 | 52.93 | 43.10 | 47.91 | 49.53 |
| | M. Biceps Brachii | 24.34 | 50.24 | 27.68 | 39.60 | 31.23 | 58.14 | 96.87 | 58.04 | 38.72 | 31.12 | 108.55 | 51.32 |
| Sağ Sırt | M. Longissimus Thoracis | 29.35 | 46.61 | 28.07 | 32.71 | 38.56 | 29.30 | 36.26 | 33.17 | 36.00 | 30.58 | 49.14 | 35.43 |
| | M. Trapezius | 132.10 | 130.02 | 117.12 | 103.81 | 177.85 | 102.29 | 79.12 | 124.91 | 129.03 | 167.01 | 110.50 | 124.89 |
| Sol Sırt | M. Longissimus Thoracis | 37.24 | 63.85 | 30.09 | 44.88 | 47.43 | 32.16 | 54.48 | 36.63 | 61.49 | 36.87 | 38.08 | 43.93 |
| | M. Trapezius | 69.57 | 78.77 | 68.47 | 58.43 | 87.40 | 65.78 | 46.23 | 70.23 | 67.95 | 78.34 | 138.24 | 75.40 |

Seçilen zeybek türü oyunların icrasında oyun bazında kullanılan kasların kullanım oranlarının ortalamaları M. Tibialis Anterior kası sağ 96.16 sol 101.61, M. Quadriceps Femoris kası sağ 82.21 sol 97.01, Flexör Digitorum Superficialis kası sağ 45.32 sol 49.53, M. Biceps Brachii kası sağ 74.70 sol 51.32, Longissimus Thoracis kası sağ 35.43 sol 43.93, Trapezius kası sağ 124.89 sol 75.40 olarak bulunmuştur.

Seçilen zeybek türü oyunların icrasında bacakta sol M. Tibialis Anterior ve M. Quadriceps Femoris kasları; kolda solFlexör Digitorum Superficialis kası ve sağM. Biceps Brachii kası ile sırtta solLongissimus Thoracis kası ve sağ Trapezius kası daha fazla kasılmıştır.

Seçilen zeybek türü oyunlarının hareket yapıları itibarı ile sol bacağın alt ve üst tarafı sağ bacağa oranla daha fazla kullanılmaktadır. Kollarda sol kolun alt tarafı sağ kola oranla fazla kullanılırken, sağ kolun üst tarafı sol kola oranla daha fazla kullanılmaktadır. Sırt bölgesinde belin sol tarafı sağ tarafa oranla kullanılırken, kürek kasında sağl taraf sol tarafa oranla daha fazla kullanılmaktadır.

# SONUÇ VE ÖNERİLER

Halk oyunlarının tarihi derinliklerine inildiğinde, oyunların günümüzden binlerce yıl öncesine, insanlık tarihinin ilk dönemlerine kadar dayanan bir geçmişe sahip olduklarını görmekteyiz. İlk insan, iletişim aracı olarak dili kullanmadan önce kendini hareket ve tavırlarla ifade etmeye çalışmıştır. Buna dayanarak "oyunun konuşma dilinden daha eski" olduğu söylenebilir.

Kaynağı din ve büyüye dayalı ritüellere dayanan "oyun, zamanla insanların duygu ve düşüncelerini aktarmalarının bir vasıtası" olmuştur. Günümüzde ise taklitli oyunlar hariç diğer oyunların kökenini veya ne anlatmak istediğini anlamak mümkün değildir. Hareketlere bakılarak anlatılmak veya aktarılmak istenen düşünce ancak yorumlarla çıkartılmaya çalışıla bilinir.

İlk insanlar tabiatta gördükleri olayları, canlı ve cansız varlıkları taklit ederek, bir nevi "drama" yapmışlar. Bu "hareketlerin düzenli bir hal alması, müzik ve çalgı ile de birleşmesi sonucunda oyun ortaya çıkmıştır". Zamanla sahneye taşınması ile oyun, "sanatsal bir kimliğe" bürünmüştür.

Sanat özelliği ile eş zamanlı olarak "estetik" de oyunun ayrılmaz bir parçası olmuştur. Bu şekilde oyun, estetik ve görsel sanatın bir parçaso olmuş ve birçok ortamda oyun kelimesi yerine "dans" kelimesi kullanılır olmuştur.

Halk oyunları genel olarak müzik eşlikli olarak icra edilir. Ancak bazı oyunlarımız sadece ritim eşlikliğinde de icra edilebilmektedir. Özellikle kadın oyunlarımız, bir çalgı aleti kullanmadan sadece ritim aracılığıyla icra edilmektedir. Ama bu durumda da söz devreye girer ve oyunlar söz eşliğinde icra edilir. Söz söylenirken de şüphesiz ki bir melodi vardır. Yani çalgısız bile olsa oyunlarımızın icrasında "melodi ve söz" olmazsa olmazdır.

Günümüze kadar araştırmacılar tarafından oyun ve müziğin ayrılmaz bir bütün oldukları defalarca ifade edilmiştir. Fakat yukarıdaki gerçek göz önünde bulundurulduğunda, "halk oyunlarımız oyun – müzik – dil ögelerinin bileşkesinden oluşmaktadır" sonucuna varmaktayız.

Oyun, ait olduğu milletin örf, adet, gelenek ve göreneklerinden kaynaklanan hayat tarzını yansıtmaktadır. Bu özelliği ile "kültürün temel unsurlarından bir tanesidir."

Kültürel değerler maddi ve manevi olarak iki gruba ayrılmaktadır. Halk oyunları bünyesinde müzik, çalgı, söz, giysi, spor, sunum unsurlarını da barındırmaktadır. Bu kapsamda halk oyunlarımız müzik – söz – sunum özellikleri ile "manevi kültür", çalgı – giysi – spor özellikleri ile de "maddi kültür" kapsamına girmektedir.

Halk oyunları sadece kültürel ve sanatsal bir faaliyet değildir. Düzenli ve ritmik hareketlerin bileşkesi olan oyunun icrası esnasında, solunum ve dolaşım sistemleri başta olmak üzere tüm metabolizmada birçok değişiklikler meydana getirmektedir. Bu da "halk oyunlarının önemli bir fiziksel aktivite olduğunun ispatıdır."

Kültürel ve sportif özellikleri bünyesinde barındırmasından dolayı "halk oyunları, geleneksel sporlarımız içerisinde yer almaktadır" demek, yerinde ve doğru olacaktır.

Fiziksel aktivitelerin en önemli amacı, kişinin rutin işleri için gerekli olan fiziksel uygunluk düzeyini ve fiziksel kondisyonunu sağlamaktır. "Vücudun tamamını kullanan halk oyunları düzenli ve ritmik hareketlerden oluşma özelliğiyle fiziksel kondisyon amaçlı da kullanılabilmektedir."

Halk oyunları çalışmaları esneklik, kuvvet, koordinasyon, beceri, dayanıklılık gibi birçok temel motorik özellikleri içermektedir. "Halk oyunları özellikle gelişim çağında olan çocuklar başta olmak üzere her yaştan insanın temel motorik özelliklerinin gelişiminde kullanılabilir."

Halk oyunları günümüzde doğal ortamında yani köyde çoğunlukla düğünlerde icra edilir olmuştur. Şehirde ise eğlence ortamlarında icra edilmektedir. Bu çerçevede "halk oyunları hem köyde hem şehirde eğlence ortamlarının vaz geçilmez bir unsuru olmuştur."

Günümüzde özellikle şehirde yaşayan insanlar eğlenmek, sosyalleşmek, farklı beceriler kazanmak, boş zamanlarını değerlendirmek gibi amaçlarla bir takım rekreatif faaliyetlere ve etkinliklere yönelmektedirler. Temeli dini ritüellere dayanan, sonra eğlence ortamlarının bir parçası olan, günümüze yaklaştıkça sanatsal bir kimliğe

bürünen halk oyunları, bünyesinde barındırdığı özellikler sebebiyle bugün "rekreatif bir etkinlik halini almıştır."

Anaokulundan üniversiteye kadar, örgün ve yaygın eğitim kurumlarına bakıldığında tüm aşamalarda halk oyunlarını görmekteyiz. Bunun haricinde birçok özel ve kamuya ait kurum ve kuruluşlarda, dernek, vakıf ve özel kurslarda halk oyunları faaliyetleri mevcuttur. Bu da tüm "Türkiye'de rekreatif etkinlik adına en yaygın olan aktivitenin halk oyunları olduğunun bir göstergesidir."

Halk oyunlarının fiziksel özelliklerinin yanı sıra zihinsel boyutları da vardır. Fiziksel bir aktivite olma özelliğine sahip olan halk oyunlarının ayrıca insanın zihinsel olarak da rahatlamasına yardımcı olmaktadır. Halk oyunlarının bilimsel olarak da kanıtlanan bu özelliğiyle, zihinsel açıdan gelişimini tam olarak tamamlayamamış insanların tedavisinde kullanıldığını da görmekteyiz.

Halk oyunlarının sportif boyutu ve insan sağlığı üzerindeki olumlu etkileri göz önünde bulundurularak halk oyunları eğitiminin antrenman biliminin ilkeleri doğrultusunda yürütülmesi gerekmektedir. Özellikle yükseköğretim düzeyinde halkoyunları eğitimi veren halkoyunları bölümleri ile spor okullarında halkoyunları dersleri müfredatlarının bu bilinç doğrultusunda güncellenmesi gerekmektedir.

Halk oyunları; müzik, çalgı, dil ve edebiyat, giyim – kuşam, spor, sanat, sosyoloji, düşünce ve anlayış gibi farklı özellikleri bünyesinde barındırmasından dolayı birçok bilim dalı ile iç içe olup "disiplinler arası" bir yapıya sahiptir.

Halk oyunlarının bünyesinde barındırdığı özellikler itibriyle disiplinler arası özelliği de göz önünde bulundurularak, okullardaki "halk oyunları eğitiminin" yeniden gözden geçirilmesi gerekmektedir. Günümüzde sadece seçmeli ders olarak yer verilen halk oyunları, müfredat içerisinde zorunlu bir ders olarak okutulmalıdır. Bu şekilde okutulan "Halk oyunları dersi, çocuklarımızın kültürel, zihinsel ve bedensel gelişimleri açısından çok ciddi destek verecektir."

Okullarımızın çoğunda ücretli olarak halk oyunları çalışmaları ve kursları açılmaktadır. Bu tarz çalışma ve kurslar, çoğu yerde ehil olmayan kişiler tarafından sürdürüldüğü için oyunlarımız yanlış aktarılmakta ve yozlaştırılmaktadır. Halk oyunlarının ders olarak

okutulması ve öğretilmesi, ehil öğretmenler tarafından gerçekleştirileceği için kültürümüzün gelecek nesillere doğru aktarımı sağlanmış olacak ve "halk oyunlarımızın kültürel yozlaşma süreci içerisine girip yok olmasının da önüne geçilmiş olacaktır."

Aynı zamanda oyun eğitmenliği, kostüm ve müzik açısından halk oyunları çalışmaları günümüzde özellikle büyük şehirlerimizde bir gelir kaynağı olarak görülmekte ve algılanmaktadır. Müfredatta yer alan bir ders kapsamında durumunda halk oyunları çalışmaları ve kursları bu yanlış algı ve anlaşılmadan da kurtarılmış olacaktır.

Halk oyunlarının sağlık ve sportif özellikleri herkes tarafından bilinen ve kabul edilen bir gerçektir. Fakat günümüze kadar bilimsel ölçüm yolları ile kaslar üzerinde herhangi bir çalışma yapılmamıştır. Kaslar üzerinde yapmış olduğumuz bu çalışma, bu tarz çalışmaların yapılabileceğini ispatlamıştır. Bundan da öte, çıkan sonuçlar bu tarz çalışmaların daha da detaylı yapılması gerekliliğini ortaya koymuştur. Çünkü bu yolla halk oyunlarını birçok alanda kullanabiliriz. Bunlardan bazıları şunlardır:

- ✓ Çocuklarda hangi kas gruplarının çalışması isteniyorsa o kas gruplarını kullanan halk oyunlarının öğretimi ile istenen kas grupları geliştirilmiş olur.
- ✓ Spor dalları, kendilerine has farklı kas gruplarını antrenmanla geliştirirler ve ona yönelik çalışma programı izlerler. Kullanılacak kas grupları ile oynanan halk oyunları sporculara öğretilirse, hem kullanılacak kas gruplarına yönelik antrenman yapmış hem de oyun oynamış olurlar. Bu şekilde antrenmanlar daha zevkli hale gelebilir.
- ✓ Tüm spor dallarında esneklik, dayanıklık ve çabukluk önemlidir. Halk oyunları çalışmaları ile sporcuların esneklik, dayanıklılık ve çabukluk özellikleri geliştirilebilir.
- ✓ Tüm spor dallarında denge de çok önemlidir. Halk oyunlarının tamamında dengesel hareketler ön plandadır. Bu şekilde sporculardaki denge geliştirilmesi de halk oyunları ile sağlanabilir.
- ✓ Tüm spor dallarında el – ayak koordinasyonu çok önemlidir. Halk oyunları icrasında belirli bir ritmik yapıda tüm vücudu kullanmak gerekmektedir. Bu özelliğinden faydalanılarak sporculardaki el – ayak koordinasyon çalışmalarına halk oyunları destek verebilir.

- ✓ Fizik tedavide hangi kasların çalışması isteniyorsa, o kasları kullanan oyununun öğretimi ile fizik tedavide kullanılabilir.
- ✓ Vücudun hangi bölgesinden kilo verilmesi isteniyorsa o bölgenin kullanıldığı halk oyunlarının öğretimi ile bu sağlanabilir.
- ✓ Fitness ve vücut geliştirmede hangi bölgeler çalıştırılmak ve geliştirilmek isteniyorsa o bölgelerin kullanıldığı halk oyunlarının öğretimi ile bu sağlanabilir.
- ✓ Alzheimer hastalığının önlenmesinde ve tedavisinde halk oyunları kullanılabilir. Çünkü bu hastalığın en büyük sebebi hareketsizliktir. Tedavisinde ise düzenli, ritmik ve değişe hareketler bütünü tavsiye edilmektedir. Halk oyunlarının ritmik ve düzenli hareketlerden oluşması özelliği ile bu tarz tedavilerde halk oyunları kullanılabilir.

Çalışmamızın bizden sonraki genç araştırmacılara örnek teşkil etmesini ve bu tarz çalışmaların daha detaylı yapılmasını umut etmekteyiz.

# KAYNAKÇA

## Yazılı Kaynaklar


ACIPAYAMLI, Orhan (1978), "Yabancı Memleketlerde ve Bizde Folklor Anlayışı", *Türk Folklor Araştırmaları Dergisi,* Yıl:5, Cilt:3, No:55, Şubat, ss:865-869.

AĞIRBAŞ, Öztürk, ÇOLAK, Mergül ve AĞGÖN, Eser (2013), "Halk Oyuncularının Görsel ve İşitsel Reaksiyon Zamanları", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi,* 10-12 Mayıs 2012, İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi, Cilt:3, Özel Sayı, ss:151-157, Malatya.

AKARSU, Bedia (1994), "Felsefe Terimleri Sözlüğü", İnkılâp Kitabevi, İstanbul.

AKÇA, Kemal (1944), "Folklor ve Türk Folklorunun Karakteri", *Folklor Postası,* ss:3.

AKGÜL PERÇİN, Kamile (2011), "Ekinsel Yaşamı Dengeleyici Eğlence Olgusu ve Duyumsal Haz", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:65-69, İstanbul.

AKGÜL, Kamile (2013), "Yerelden Evrensele Dansın Toplumsal Yaşamda İşlevi", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi,* 10-12 Mayıs 2012, İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:105-113, Malatya.

AKGÜN, Necati (1989), "Egzersiz Fizyolojisi", 3. Baskı, I. Cilt, Gökçe Ofset Matbaacılık, Ankara.

AKTAŞ, Gürbüz (2006), "Dansa İlk Adım", Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir.

AKTÜMSEK, Abdurrahman (2001), "İnsan Anatomisi ve Fizyolojisi", Nobel Yayınevi, Ankara.

ALİYEVA, Hanım (2011), "Azerbaycan Düğün Törenlerinde İcra Edilen Âşık Havaları", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:70-73, İstanbul.

ALİYEVA, Vefa (2011), "Azerbaycan'ın Nevruz Dansları", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:74-76, İstanbul.

ALTINAY, F. Reyhan (2017), "Toplumsal Cinsiyet Bağlamında Türk Halk Müziğinde Ağıtlar ve Ağıtçı Kadınlar", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011, İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3521, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:380, C:3, ss:275-298, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

ALTUĞ, Nevzat (1988), "Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Müzikle İlgili Sorunlar", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları 102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:1-8, Öztek Matbaası, Ankara.

AND, Metin (1961), "Halk Oyunlarımızın Adlarının Anlamları", *Türk Folklor Araştırmaları Dergisi,* Yıl:12, Cilt:6, No:144, Temmuz, ss:2433-2436.

AND, Metin (1964), "Türk Köylü Dansları", İzlem Yayınları:26. Bilgi Dizisi:2

AND, Metin (1974), "Oyun ve Bügü, Türk Kültüründe Oyun Kavramı", İş Bankası Kültür Yayınları: 144, Baha Matbaası, Ankara.

ANDREWS, Ted (2002), "Büyüsel Dans Teknikleri", Çeviri: Ayşe Gorbon, New Age Yayınları, İstanbul.

ARDA, Nilay (2008), "Trakya Yöresi (Edirne, Kırklareli, Tekirdağ) Halkoyunlarında Kullanılan Vücut Hareketlerinin Karşılaştırılması", Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Edirne.

ARNOLD, Van Gennep (1939), "Kılavuz Kitaplar 2 Folklor", Çeviren: Pertev Naili Boratav, Cumhuriyet Halk Partisi Yayını, Ankara.

ARTUN, Erman (2001), "Türk Folklorunun Turizm Açısından Değerlendirilmesi", *Türk Folklorunun Turizm Açısından Değerlendirilmesi Sempozyumu Bildirileri,* 19-21 Ekim 2000, İstanbul, Kültür Bakanlığı Yayınları:2652, Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:318, Seminer-Kongre Dizisi:65, ss:15-19, Ankara.

ARTUN, Erman (2003), "Halk Kültürünün Uluslararası İlişkilerde Ülkelerin Tanıtımına Katkısı", *Halk Kültürlerinin Uluslararası İlişkilere Katkısı Sempozyumu Bildirileri,* 12-14 Aralık, İstanbul Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:3, ss:18-25, Pınarbaş Matbaası, İstanbul.

ARTUN, Erman (2008), "Halk Kültürü Araştırmaları", Kitabevi Yayınları, İstanbul.

ARTUN, Erman (2011), "Çukurova Halk Kültüründe Eğlence", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:85-103, İstanbul.

ARTUN, Erman (2017), "Çukurova Âşıklık Geleneğinde Atışma", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3520, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:379, C:2,ss:409-454, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

ATAMAN, Sadi Yaver (1975), "100 Türk Halk Oyunu", Yapı ve Kredi Bankası Kültürü Hizmeti, Binbirdirek Matbaası Yayınları, İstanbul.

ATAMAN, Sadi Yaver (1977), "Türk Halk Oyunları I, Barlar", Sarı Altın Yayınları, İstanbul.

ATAMAN, Sadi Yaver (1988), "Halk Oyunlarımız ve Sahneye Uygulanması Meselesi", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:17-26, Öztek Matbaası, Ankara.

AVCI, A. Haydar (2001), "Zeybeklik ve Zeybekler, Bir Başkaldırı Geleneğinin Toplumsal ve Kültürel Boyutları", Verlag Anadolu GmhH Yayınevi, I. Baskı, Hückelhoven, Almanya.

AVŞAR, Mehmet Emin (1988), "Doğal Ortamından Sahne Halk Oyunları", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:35-40, Öztek Matbaası, Ankara.

AVŞAR, Mehmet Emin (2000), "Geleneksel Oyun, Müzik, Giysi, araştırmacılığı Üzerine", *Türk Halk Oyunlarının Sahada Derlenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 1-3 Aralık 1999, İzmir, Kültür Bakanlığı Yayınları:2489, Halk Kültürlerini Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:303, Seminer-Kongre Bildirileri Serisi:64, ss:29-34, Ceypa Matbaacılık, Ankara.

AVŞAR, Mehmet Emin (2003), "Anadolu Kültürünün Oluşumu ve Kültürel Uluslararası İlişkilere Katkısı", *Halk Kültürlerinin Uluslararası İlişkilere Katkısı Sempozyumu Bildirileri,* 12-14 Aralık, İstanbul Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:3, ss:26-29, Pınarbaş Matbaası, İstanbul.

AY, Göktan (2001), "Turistik Tesislerde Animasyon Anlayışı ve Yapılması Gerekenler", *Türk Folklorunun Turizm Açısından Değerlendirilmesi Sempozyumu Bildirileri,* 19-21 Ekim 2000, İstanbul, Kültür Bakanlığı Yayınları:2652, Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:318, Seminer-Kongre Dizisi:65, ss:20-22, Ankara.

AY, Göktan ve ŞAŞI, Nejdat (2011), "Çeşitli Yörelerimizde Yaşayan, Derlenmiş Eğlence" Örnekleri", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:104-111, İstanbul.

AYDIN, Cengiz (1982), "Toplumbilim Açısından Halk Oyunlarının Sportif Değerleri", Ege Üniversitesi Beden Eğitimi Yüksek Okulu Yüksek Lisans Tezi, İzmir.

AYDIN, Cengiz ve KARADEMİR, Abdurrahim (2003), "Uluslararası Halk Oyunları Festivallerinde Kilise Seremonileri", *Halk Kültürlerinin Uluslararası İlişkilere Katkısı Sempozyumu Bildirileri,* 12-14 Aralık, İstanbul Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:3, ss:30-35, Pınarbaş Matbaası, İstanbul.

AYDIN, Emir Cenk (2003), "Uluslararası İlişkiler-İletişim Süreci- Halk Kültürleri", *Halk Kültürlerinin Uluslararası İlişkilere Katkısı Sempozyumu Bildirileri,* 12-14 Aralık, İstanbul Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:3, ss:36-42, Pınarbaş Matbaası, İstanbul.

AYDIN, Süleyman (2006), "İnsan Anatomisi ve Fizyolojisi", Anadolu Üniversitesi, Yayınları, 5. Baskı, Eskişehir.

AYRAL, Naci, (1965), "Anatomi ve Fizyoloji", Ankara Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Yayınları, 1. Fasikül, Güzel İstanbul Matbaası, Ankara.

AYTER, Adli (1988), "Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler ve Yanlışlıklar", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:41-46, Öztek Matbaası, Ankara.

BABAOĞLU, Sevgi (1988), "Halk Oyunlarımızın Sahnelenmesinde Gelenekten Uzaklaşılmasının Sorunları", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:47-54, Öztek Matbaası, Ankara.

BALİ, Aslı (2017), "Halk Oyunları Üzerine Halkbilimsel Bir Araştırma: Mersin İli Silifke İlçesi Örneği", *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi,* Cilt:33, S:33, ss:78-91.

BAYKARA, Tuncer (2001), "Türk Kültür Tarihine Bakışlar", Atatürk Kültür Merkezi Yayınları, Ankara.

BAYKURT, Şerif (1976), "Türkiye'de Folklor", Kalite Matbaası, Ankara.

BAYKURT, Şerif (1988), "Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesi Üzerine Düşünceler", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:55-60, Öztek Matbaası, Ankara.

BEK, Nilgün, (2008), "Fiziksel Aktivite ve Sağlığımız", Sağlık Bakanlığı Yayınları:730, Klasmat Matbaacılık, Ankara.

BERBER, Okay (2017), "Türk Kültüründe Töre Kavramının Sosyo-Kültürel ve Siyasi İşlevinin Anlamsal Dönüşümü Üzerine Bir Değerlendirme", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3522, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:381, C:4,ss:61-68, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

BİRDOĞAN, Nejat (1988), "Notalarıyla Türkülerimiz", Özgür Yayın Dağıtım, İstanbul.

BİRSEL, İsmet (1990), Kültür Bakanlığı 2. Milli Kültür Şurası Bildirileri, Kültür Bakanlığı Araştırma Planlama ve Koordinasyon Kurulu Başkanlığı Yayın No:3, ss:76, Ankara.

BORATAV, Pertev Naili (1969), "100 Soruda Türk Halk Edebiyatı", Gerçek Yayınevi, İstanbul.

BORATAV, Pertev Naili (1982), "Folklor ve Edebiyat-I", Adam Yayıncılık, İstanbul.

BORATAV, Pertev Naili (1984), "Türk Halk Bilimi II, 100 Soruda Türk Folkloru", Gerçek Yayınevi, İstanbul.

BOSTANLI, İ. Çetin (2000), "Türk Halk Oyunlarının Alandan Sahneye Aktarımı", Ders Kitapçığı, Adnan Menderes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Aydın

BOZDOĞAN, Ömer (2012), "Fizyoloji", Pagem Yayıncılık, Ankara.

BULUT, Sinan (2013), "Sağlıkta Sosyal Bir Belirleyici; Fiziksel Aktivite", *Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergis*i, Cilt:70, S:4, ss:205-214.

CAN, M. Cihat (2001), "XV. Yüzyıl Türk Musıkisi Nazariyatı (Ses Sistemi)", Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İslam Tarihi ve Sanatları Anabilim Dalı Doktora Tezi, İstanbul.

CAN, M. Cihat ve LEVENDOĞLU, Nazife Oya (2002), "Geleneksel Türk Sanat Müziği Terminolojisinde Çok Kültürlü Unsurlar", *Gazi ÜniversitesiGazi Eğitim Fakültesi Dergisi,* Cilt:22, s:3, ss:239-245.

CAN, Sema, ARSLAN, Erşan ve ERSÖZ, Gülfem (2014), "Güncel Bakış Açısı ile Fiziksel Aktivite", *Ankara Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesi Spormetre Dergisi,* Cilt:12, S:1, ss:1-10.

CAVAZ, Ali (2001), "Turizm ve Kılıç Kalkan", *Türk Folklorunun Turizm Açısından Değerlendirilmesi Sempozyumu Bildirileri,* 19-21 Ekim 2000, İstanbul, Kültür Bakanlığı Yayınları:2652, Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:318, Seminer-Kongre Dizisi:65, ss:38-40, Ankara.

CEYLAN, Salih (2017), "Kaybolmakta Olan Bir Kırsal Maddi Kültür Örneği: Su Değirmenleri Ağlasun Örneği", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3523, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:382, C:5, ss:31-48, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

CİHANOĞLU, Selim (1995), "Trabzon'da Oynanan Horonlar", İstanbul Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstirüsü Güzel Sanatlar Ana Sanat Dalı Musiki Sanat Dalı Türk Halk Oyunları Alanı Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

CİVELEK, Aynur (2017), "Antik Ege Dünyasında Dans", *3. Uluslararası Müzik ve Dans Kongresi Bildirileri,* 20-22 Ekim 2017, Marmaris, Avrasya Bilimler Akademisi Sosyal Bilimler Dergisi, Özel Sayı, ss:1-8.

COŞKUN, Köksal (1988), "Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Temel Doğrular", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:67-78, Öztek Matbaası, Ankara.

ÇAKIR, Ahmet (1988), "Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Yapılan Yanlışlıklar", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:79-88, Öztek Matbaası, Ankara.

ÇAKIR, Ahmet (2003), "Dünya Dili Halk Oyunları", *Halk Kültürlerinin Uluslararası İlişkilere Katkısı Sempozyumu Bildirileri,* 12-14 Aralık, İstanbul Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:3, ss:50-54, Pınarbaş Matbaası, İstanbul.

ÇAKIR, Ahmet (2017), "Halk Oyunları Yarışmaları Bağlamında Hakem-Antrenör-Sporcu Kavramları ve Oyunların Sahneye Taşınmasında Ortaya Çıkan Sorunlar, Çözüm Önerileri", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3521, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:380, C:3, ss:313-318, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

ÇETİNKAYA, Azime (2017), "45. Yılında Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü Halk Kültürü Bilgi ve Belge Merkezi", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3519, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:378, C:1, ss:163-176, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

ÇİĞDEM, İsmail Serdar (2003), "Türk Halk Oyunlarının İnançsal Kökenleri", Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Halk Oyunları Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, İzmir.

ÇİNE, Hamit (1988), "Zeybek Oyunlarına Olumsuz Etki Yapan Metronom (Tempo) Değişiklikleri", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:107-110, Öztek Matbaası, Ankara.

ÇİNE, Hamit (1994), "Zeybek Oyunlarımız", Mey Ofset, İzmir.

ÇİNE, Hamit (2003), "Burdur'dan Damlalar", Burdur Valiliği Yayınları, 2. Baskı, Burdur.

ÇOBANOĞLU, Özkul (1999), "Halk Bilimi Kuramları ve Araştırma Yöntemleri Tarihine Giriş", Akçağ Yayınları, Ankara.

ÇOLAKOĞLU, Gözde (2011), "Kastamonu Düğünlerinde Müzik Kültürü", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:191-199, İstanbul.

DARBAZ, Feridun (1973), "Türk ve Batı Müziği", Musiki Kültür Derneği Yayınları, No:1, İstanbul.

DEĞERLİ, Fikret (1988), "Türk halk oyunlarının Sahnelenme Problemleri ve Çözüm Yolları", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:111-114, Öztek Matbaası, Ankara.

DEMİR, Metin ve FİLİZ, Kemal (2004), "Spor Egzersizlerinin İnsan Organizması Üzerindeki Etkileri", *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi,* Cilt:5, S:2, ss:109-114.

DEMİRBAŞ, Ufuk (2011), "Günümüz İzmir Yöresi Düğün Geleneklerinde Tasavvufi Müzik Unsurları ve İşlevi", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:225-236, İstanbul.

DEMİRCİ, Çağlar (2013), "Artvin Yöresi Halk Oyunları Üzerine Derleme ve İnceleme Çalışması", Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Musikisi Anasanat Dalı Türk Musikisi Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

DEMİREL, Haydar ve KOŞAR, Nazan (2002), "İnsan Anatomisi ve Kineziyolojisi", Nobel Yayınevi, Ankara.

DEMREN, Özlem (2011), "Gelenekselleşmiş Eğlence Kültürü Yaratmada Festival ve Fuarların Önemi: Macaristan-Budapeşte Ulusal Táncház (Dans Evleri) Festival-Fuarı Örneği", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:240-244, İstanbul.

DEMİRSİPAHİ, Cemil (1975), "Türk Halk Oyunları", Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları:148, 1. Baskı, Türk Tarih Kurumu Basımevi, Ankara.

DİKİCİ, Mehmet (1988), "Anadolu'da Türkler ve Anadolu'ya Türk Göçleri", Burak Yayınevi, İstanbul.

DOĞAN, Ahmet Selim (2011), "Erzurum İli Halay Oyunları Üzerine Bir İnceleme", Atatürk Üniversitesi Soyal Bilimler Enstitüsü Türk Dili ve Edebiyatı Anabilim Dalı Doktora Tezi, Erzurum.

DOĞAN, Mehtap (2013), "Halkoyunlarında Hareket ve Antrenman Bilimleri", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,* İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:207-216, Malatya.

DOĞUŞ VARLI, Özlem (2011), "Duvarların Öte Yüzündeki Eğlenceler; Kadın Eğlenceleri", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:249-257, İstanbul.

DÖNMEZ, Banu Mustan (2013), "Türk İnançsal Halk Danslarının Figürlerine Gösterge Bilimsel Bir Bakış: Alevi Semah Figürlerinin Anlamları", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,* İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:127-134, Malatya.

DURKHEIM, Emile (2005), "Dini Hayatın İlkel Biçimleri", Çeviren: Fuat Aydın, Ataç Yayınları, İstanbul.

EKİCİ, Metin (1997) "Şartlar ve Çevre İçinde Folklorun Bir Tanımına Doğru", Orijinali: AMOS, Dan Ben, *Milli Folklor Dergisi,* Yıl:9, s:33, Bahar, 1997, ss:74-87.

EKİCİ, Savaş (2010), "Gaziantep Kına Türküleri, Gelenek ve İnanışları", *Gaziantep Tarih Kültür Dergisi*, Yıl:5, s:28, Eylül-Ekim, ss:22-27.

EKİCİ, Savaş (2013), "Gaziantep & Barak Müzik Kültürü", Logos Matbaacılık, Gaziantep.

EKMEKÇİOĞLU, İsmail, BEKAR, Cüneyt ve KAPLAN, Metin (2001), "Türk Halk Oyunları", Esin Yayınevi, İstanbul.

ELÇİN, Şükrü (2004), "Halk Edebiyatına Giriş", Akçağ Basım Yayın Pazarlama, 8. Baskı, Ankara.

EMNALAR, Atınç (1998), "Türk Halk Müziği ve Nazariyatı", Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir.

ERDEM, Şakir (1999), "Doğu Karadeniz Bölgesi Halk Oyunlarının Karakteristik Özellikleri Üzerine Bir Araştırma", Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

ERDEN, Atilla (1998), "Anadolu Giysi Kültürü", Duman Ofset, Ankara.

ERDOĞAN, Umut ve YILMAZ, Kerem Cenk (2013), "Mevcut Asma Davul Notasyon Sistemlerinin Eleştirel Bakış Açısıyla İncelenmesi ve Önerileri", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,* İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:119-125, Malatya.

ERGEN, Emin, DEMİREL, Haydar, GÜNER, Rüştü, TURNAGÖL, Hüsrev, BAŞOĞLU, Sevil, ZERGEROĞLU Murat ve ÜLKAR, Bülent (2002), "Hazır Tahir Egzersiz Fizyolojisi", Nobel Yayınevi, Ankara.

ERKAN, Necmettin (1998), "Yaşam Boyu Spor", Bağırgan Yayımevi, Ankara.

ERTURAL, Neslihan (2005), "Gaziantep Yöresi Halk Oyunlarının Yapısı ve İşlevleri", Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Halk Oyunları Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, İzmir.

ERTURAL, Neslihan (2012), "Şamandan Oyuncuya Giden Yolda Türk Halk Oyunlarının Yapısı ve İşlevleri", *Gazi Türkiyat Dergisi,* Güz, Cilt:11, ss:101-111, Ankara.

EYÜBOĞLU, İsmet Zeki Eyüboğlu (1981), "Anadolu Uygarlığı", Toplumsal Dönüşüm Yayınları, İstanbul.

GAZİMİHAL, M. Ragıp (1991), "Türk Halk Oyunları Kataloğu I. Cilt", Hazırlayan: Nail Tan, Kültür Bakanlığı Halk Kültürünü Araştırma Dairesi Yayınları:161, Cilt:1, Ankara.

GAZİMİHAL, M. Ragıp (1997), "Türk Halk Oyunları Kataloğu II. Cilt", Kültür Bakanlığı Yayınları:1963, Hazırlayanlar: Nail Tan – Ahmet Çakır, Kültür Bakanlığı Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:259, THK Basımevi, Ankara.

GEREK, Zinnur ve ÜNVEREN, Alparslan (2003), "Türk Halk Oyunlarının Yapısal-Fonksiyonel Açıdan Görünüşü ve Halk Oyunları Çalışmalarındaki Denetim Eksikliğinin Kültürel Tanıtıma Etkileri", *Halk Kültürlerinin Uluslararası İlişkilere Katkısı Sempozyumu Bildirileri,* 12-14 Aralık, İstanbul Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:3, ss:106-112, Pınarbaş Matbaası, İstanbul.

GÖKALP, Ziya (2018), "Türkçülüğün Esasları", Mavi Çatı Yayınları, İstanbul.

GÖZAYDIN, Nevzat (2002), "Türk Halk Oyunları Antolojisi I.", Kültür Bakanlığı Yayınları, Ankara.

GUYTON, C. Arthur ve HALL, E. John (2007), "Tıbbi Fizyoloji", Çeviriler: Hayrunisa Çavuşoğlu-Berrak Çağlayan Yeğen, Nobel Tıp Yayınevi, Ankara.

GÜLBEYAZ, Kürşad (2005), "Türk Halk Oyunlarının Hareket Açısından İncelenmesi", İstanbul Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Temel Bilimler Türk Halk Müziği Sanatta Yeterlik Tezi, İstanbul.

GÜNAY, Mehmet (1999), "Egzersiz Fizyolojisi", Bağırgan Yayınevi, Ankara.

GÜNER, Mesut (2001), "Halk Oyunlarının Ülke Tanıtımına ve Turizme Katkısı" *Türk Folklorunun Turizm Açısından Değerlendirilmesi Sempozyumu Bildirileri,* 19-21 Ekim 2000, İstanbul, Kültür Bakanlığı Yayınları:2652, Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:318, Seminer-Kongre Dizisi:65, ss:59-61, Ankara.

GÜNSÜR, Zeynep (1988), "Her İnsan Kendi Öz Dansını Bulmalıdır", *Folklora Doğru, Boğaziçi Üniversitesi Folklor Kulübü Süreli Yayını,* Yıl:19, s:57-58, Ocak-Nisan, ss:11-13.

GÜVEN, İsmail (2013), "Türkiye'de Halk Oyunları Eğitiminin Geçirdiği Dönüşüm ve Evreler", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,*İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:245-256, Malatya.

GÜVENÇOĞLU, Şerife (2003), "Uluslararası İlişkilerde Türk Müziğinin Katkısı", *Halk Kültürlerinin Uluslararası İlişkilere Katkısı Sempozyumu Bildirileri,* 12-14 Aralık, İstanbul Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:3, ss:132-134, Pınarbaş Matbaası, İstanbul.

HAKALMAZ, Orhan (2003), "Ege Bölgesi Ağır Zeybeklerinin İncelenmesi", İstanbul Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Halk Müziği Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

HASBEK, K. Zümrüt (1998), "Aydın Yöresi Halk Kültürünün İncelenmesi", İstanbul Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Halk Oyunları Anasanat Dalı Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

HAVILAND, William A. (2002), "Kültürel Antropoloji", Çeviren: Hüsamettin İnanç-Seda Çiftçi, Kaknüs Yayınları, İstanbul.

HİMMETOĞLU, Hakan (2001), "Turizm ve Folklor" *Türk Folklorunun Turizm Açısından Değerlendirilmesi Sempozyumu Bildirileri,* 19-21 Ekim 2000, İstanbul, Kültür Bakanlığı Yayınları:2652, Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:318, Seminer-Kongre Dizisi:65, ss:70, Ankara.

HUIZINGA, Johan (1955), "Homo Ludens Oyunun Toplumsal İşlevi Üzerine Bir Deneme", Çeviren: Mehmet Ali, Kılıçbay, Ayrıntı Yayınları, İstanbul.

İNCE, Suat (1988), "Türk Halk Oyunları Alanında Biçimsel ve Sanatsal Temele Dayanmadan Yapılan Çalışmalar", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:137-146, Öztek Matbaası, Ankara.

İSTEK, Onur (2013), "Türk Halk Oyunlarının Sahneleme ve Seyircide Algılama Yöntemi", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,* İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:187-193, Malatya.

KALAFAT, Yaşar (2012), "Türklük Bilimi-Halk Bilimi-Ortak Türkçe", *Eğitim ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi,* C:1 s:1, Bahar, ss.25-32.

KAPLAN, Mehmet (2008), "Kültür ve Dil", Dergâh Yayınları, İstanbul.

KARABULUT, Murat (2017), "Türk Halk Müziğinin Sınıflandırılmasında Geleneksel İcra Ortamlarındaki Müzikal Kodları Anlamak", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3521, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:380, C:3, ss:13-52, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

KARABURUN, Derya (2013), "Malatya ve Yöresi Halaylarının Müzikal Yapı Açısından İncelenmesi", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,* İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:75-84, Malatya.

KARACAN DOĞAN, Pınar (2013), "Türkiye'de Halk Oyunlarının Yaygınlaştırılmasında Önemli Bir İsim: Selim Sırrı Tarcan", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,* İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:41-46, Malatya.

KARACAN DOĞAN, Pınar ve YETİM, A. Azmi (2013), "Folklorik Bir Unsur Olarak Halk Oyunlarının Sosyal Fonksiyonları", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,* İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:33-40, Malatya.

KAYA, Mustafa (2016), "Türk Halk Oyunları Fiziksel/Zihinsel Boyutları", Ürün Yayınları, Ankara.

KAYA, Yalçın (2004), "İnsan Anatomisi ve Kinesyolojisi", Marmara Yayıncılık, İstanbul.

KESKİN, Enver (1988), "Sahneleme Üzerine", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:161-166, Öztek Matbaası, Ankara.

KILIÇ, Emel (2017), "Türk Halk Kültüründen Bir Kesit: XIII-XI. Yüzyıl Anadolu'sunda Eğlence Anlayışı", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3521, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:380, C:3, ss:351-380, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

KILINÇ, Fatma (2013), "Hayvan Taklitli Halk Oyunlarında Eski İnanç Sistemlerinin İzleri", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,* İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:265-270, Malatya.

KIZILKAYA, Nezir ve DENİZ, Kemal (2013), "Köy Seyirlik Oyunları ve Bir Örnek Olarak Akçadağ'da 'Hâkim-Jandarma' Oyunu", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,* İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:19-24, Malatya.

KOCA, Emine ve KOÇ, Fatma (2017), "Türk Halk Giyim-Kuşamında Süs ve Süsleme Özellikleri", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3523, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:382, C:5, ss:97-120, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

KOCA, Selçuk Kürşad ve ÇETİN, Nagihan (2011), "Gelin Alma Sırasındaki Eğlenceler ve Bu Eğlencelerde Işık Motifi", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:534-538, İstanbul.

KOÇKAR, M. Tekin (1987), "Kafkas, Halk Dansları Öğretim Yöntemi ve Teknikleri", Şamil Eğitim ve Kültür Vakfı Yayını No:2, İstanbul.

KÖPRÜLÜ, Mehmet Fuat (1935), "Türk Halk Edebiyatı Ansiklopedisi", Burhaneddin Basımevi, İstanbul.

KULAKSIZOĞLU, Adnan (1998), "Ergenlik Psikolojisi", Remzi Kitabevi, İstanbul.

KULİYEVA, Yakut (2011), "Azerbaycan Düğünlerinde Gelenekler ve Halk Oyunları", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:558-559, İstanbul.

KÜÇÜKTOPUZLU, Faik ve TEKİN, Abdullah (2001), "Turizmde Animasyon Çerçevesindeki Türk Gecelerinin Rehabilitasyonu", *Türk Folklorunun Turizm Açısından Değerlendirilmesi Sempozyumu Bildirileri,* 19-21 Ekim 2000, İstanbul, Kültür Bakanlığı Yayınları:2652, Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:318, Seminer-Kongre Dizisi:65, ss:80-84, Ankara.

KÜLTÜRAL, Zuhal (2011), "Türkmen Milli Oyunlarından Hımmıl ve Moncugatdı", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:570-577, İstanbul.

LEVENDOĞLU, Nazife Oya (2005), "Tarih İçinde Geleneksel Türk Sanat Müziği ve Diğer Kültürlerle Etkileşmeleri", *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* Cilt:2, s:19, ss:253-262.

MURATLI, Sedat, (1976), "Antrenman ve İstasyon Çalışmaları", Pars Matbaası, Ankara.

NOVACK, J. Cynthia (1990), "Bedensel Devinim Kültüreldir", Çeviren: Mutlu Öztürk, *Folklora Doğru, Boğaziçi Üniversitesi Folklor Kulübü Süreli Yayını,* Yıl:19, s:59, ss:93-108.

NOYAN, Ahmet (2011), "Yaşamda ve Hekimlikte Fizyoloji", Palme Yayıncılık, Ankara.

NUTKU, Özdemir (1998), "Çocuk Oyun Tiyatro", Özgür Yayınları, İstanbul.

OĞUZ, Öcal (2006), "Türk Halk Edebiyatı El Kitabı", Grafik Yayıncılık, Ankara.

ONUK, Taciser (2001), "Geleneksel Sanatlar Konusunda Uygulanan Projelerin Yerel Kalkınma ve Turizmdeki Önemi", *Türk Folklorunun Turizm Açısından Değerlendirilmesi Sempozyumu Bildirileri,* 19-21 Ekim 2000, İstanbul, Kültür Bakanlığı Yayınları:2652, Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:318, Seminer-Kongre Dizisi:65, ss:85-87, Ankara.

ONUK, Taciser, AKPINARLI, H. Feriha ve ORTAÇ, Hülya Serpil (2003a), "Balkan Ülkelerinden Bulgaristan ile Anadolu Türk El Sanatlarının Ortak Özellikleri", *Halk Kültürlerinin Uluslararası İlişkilere Katkısı Sempozyumu Bildirileri,* 12-14 Aralık, İstanbul Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:3, ss:177-191, Pınarbaş Matbaası, İstanbul.

ONUK, Taciser, AKPINARLI, H. Feriha ve ORTAÇ, Hülya Serpil (2003b), "Kırım-Tatar Türklerindeki El Dokumalarının Türk Kültüründeki Yeri ve Önemi", *Halk Kültürlerinin Uluslararası İlişkilere Katkısı Sempozyumu Bildirileri,* 12-14 Aralık, İstanbul Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:3, ss:192-197, Pınarbaş Matbaası, İstanbul.

ÖNCÜL, Kürşat (2017), "Kars Bağlamında Âşık Makamlarının Sorunları ve Tespitler", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011, İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3520, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:379, C:2, ss:387-396, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

ÖNGEL, Hasan Basri (1992), "Türk Halk Oyunlarının Kökeni, Oluşumundaki Etkenler ve Sınıflandırılması", Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

ÖNGEL, Hasan Basri (2001), "Uygulama Nedenleri Dolayısıyla Halk Oyunlarında Görülen Yozlaşmalar", *Türk Folklorunun Turizm Açısından Değerlendirilmesi Sempozyumu Bildirileri,* 19-21 Ekim 2000, İstanbul, Kültür Bakanlığı Yayınları:2652, Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:318, Seminer-Kongre Dizisi:65, ss:88-112, Ankara.

ÖRNEK, Sedat Veyis (1995), "Türk Halk Bilimi", Kültür Bakanlığı Yayınları:1629, 1. Baskı, Halk Kültürünü Araştırma Dairesi Yayınları:210, Gelenek, Görenek ve İnançlar Dizisi:20, Ankara.

ÖRNEK, Sedat Veyis (2000), "Türk Halk Bilimi", Kültür Bakanlığı Yayını:1629, 2. Baskı, Ankara.

ÖTER, Zafer ve ÜNAL, Elif (2017), "Somut Olmayan Kültürel Miras ve Turizm Etkileşiminin Beypazarı İlçesinde Yerel Ekonomiye Katkıları", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3519, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:378, C:1, ss:229-246, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

ÖTKEN, Nihal (2011), "Türk Halk Oyunları'nda Hareket Analizi", Yalın Yayıncılık, İstanbul.

ÖZARSLAN, Metin (2011), "Dede Korkut Boylarında Toy, Şölen, Eğlence Kavramlarına Üzerine", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:600-616, İstanbul.

ÖZÇÖREKÇİ GÖL, Nilüfer Zeynep (2017), "Karagöz Sanatının Sünnet Oyunu Örneğinde Halkbilimsel Açıdan İncelenmesi", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3521, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:380, C:3, ss:173-186, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

ÖZDEMİR, Nebi (2005), "Cumhuriyet Dönemi Türk Eğlence Kültürü", Akçağ Yayınları, Ankara.

ÖZDİNÇER, Ferruh (1998), "Türk Halk Oyunlarının Öğretiminde Kullanılacak Olan Yöntemler (Edirne İli Halk Oyunları Üzerine Bir Deneme)", Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Halk Oyunları Bölümü Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, İzmir.

ÖZER, Edip ve KAYA Hüsamettin (2004), "Elazığ Halk Oyunları", Örnek Matbaası, Ankara.

ÖZKAN, Mustafa (2009), "İnsan, İletişim ve Dil", Akademik Kitaplar, İstanbul.

ÖZTUNA, Yılmaz (2000), "Türk Musikisi Kavram ve Terimleri Ansiklopedisi", I. Baskı, Atatürk Kültür Merkezi Yayınları, İstanbul.

PREMKUMAR, Kalyani (2015), "Anatomi ve Fizyoloji", LWW Masaj Terapi ve Egzersiz Eğitim Serileri, Çeviri: Arzu Razak Özdinçler, İstanbul Medikal Sağlık ve Yayıncılık, İstanbul.

SANTUR, Alparslan (2011), "Anadolu Halk Eğlencelerinden Ferfene'nin Yöresel Uygulamaları Üzerine Değerlendirmeler", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:691-696, İstanbul.

SARITAŞ, Süheyla (2017), "Halk Bilimi Çalışmalarında Maddi Kültürün Yeri", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,

İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3523, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:382, C:5, ss:59-65, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

SARSILMAZ, Mustafa (2000), "Anotomi", Nobel Yayınevi, Ankara.

SEL, Ruhi (1990), "Her Yaşa Göre Oyunlar, Rontlar, Halk Dansları", Kültür Bakanlığı Yayınları:779, Ankara.

SEVİM, Yaşar, (1997), "Antrenman Bilgisi", Tutibay Beden Eğitimi ve Spor Yayınları, Ankara.

SEZEN, Yümni (2011), "Kültür ve Din Türk-İslam Örneği", İz Yayıncılık, İstanbul.

SINIR, İsmail (2011), "Diyarbakır'da Geleneksel Eğlence; Velime Geceleri", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:743-747, İstanbul.

SİVRİKAYA, Sebahattin (2002), "Notalarıyla Elazığ Yöresi Halk Oyunları Müzikleri", Elazığ Kültür ve Yardımlaşma Derneği Yayınları, Ecem Matbaası, İstanbul.

SU, Ruhi (2000), "Türk Halk Oyunları", Kültür Bakanlığı Yayınları:1624, Yayımlar Dairesi Başkanlığı Sanat-Müzik Eserleri Dizisi:280-10, 2. Baskı, Ankara.

SÜZEN, Bikem (2008), "İnsan Anatomisi ve Fizyolojisine Giriş", Bedray Yayıncılık, İstanbul.

ŞAHİDOV, Ahmet (2011), "Azerbaycan Folklorunda Oyun ve Eğlenceler: Unutulanlar ve Unutulmayanlar", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:748-751, İstanbul.

ŞENOL, Ahmet (1998), "Türk Halk Oyunları Terimleri Sözlüğü".

ŞİMŞEK, Deniz ve ERTAN, Hayri (2011), "Postural Kontrol ve Spor: Spor Branşlarına Yönelik Postural Sensör-Motor Stratejiler ve Postural Salınım", *Ankara Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesi Spormetre*, Cilt:9, S:3, ss: 81-90.

TANER, Haldun (1966), "Yüzyıllık Bir Tartışma", *Türk Dili Dergisi, Tiyatro Özel Sayısı:178,* Temmuz, ss.736-738.

TERZİOĞLU, Ahmet (1991), "Halk Oyunlarının Eğitimdeki Rolü", *Türk Halk Oyunlarının Öğretiminde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,*6-8 Mart 1990, İstanbul, Kültür Bakanlığı Halk Kültürünü Araştırması Dairesi Yayını, ss:139-143, Ankara.

TİMUÇİN, Afşar (1988), "Bir Kültür Değerleri Araştırması Olarak Halk Biliminin Halk Edebiyatına Katkısı", *Folklora Doğru, Boğaziçi Üniversitesi Folklor Kulübü Süreli Yayını,* Yıl:19, s:57-58, Ocak-Nisan, ss:39-46

TUĞSAV, Savaş (2001), "Uluslararası Festivallerin Türk Turizmine Katkısı Niçin Festival?" *Türk Folklorunun Turizm Açısından Değerlendirilmesi Sempozyumu Bildirileri,* 19-21 Ekim 2000, İstanbul, Kültür Bakanlığı Yayınları:2652, Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:318, Seminer-Kongre Dizisi:65, ss:12-122, Ankara.

TURAN, Şerafettin (1994), "Türk Kültür Tarihi", Bilgi Yayınevi, Ankara.

TÜRKDOĞAN, Orhan (2005), "Türk Ulus-Devlet Kimliği", IQ Sanat Yayınları, İstanbul.

TÜRKMEN, Nihal (1991), "Orta Oyunu", Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, İstanbul.

TÜRKOĞLU, Sabahattin (1988), "Dış Ülkelerdeki Sahne Uygulamaları ve Öneriler", *Türk Halk Oyunlarının Sahnelenmesinde Karşılaşılan Problemler Sempozyumu Bildirileri,* 26-28 Ekim 1987,Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:102, Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi:25, ss:205-212, Öztek Matbaası, Ankara.

UÇAN, Ali (1996), "İnsan ve Müzik İnsan ve Sanat Eğitim", Müzik Ansiklopedisi Yayınları, Kurtuluş Matbaası, Ankara.

USLU, Mustafa (2013), "Halk Oyunları Çalışmalarının Üniversite Öğrencilerinin Psiko-Sosyal Gelişimlerine Etkisi", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,* İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:195-206, Malatya.

UYGUR, Hatice Kübra (2017), "Postnatal Depresyonun Halk İnanışındaki Karşılığı Alkarısı Midyat Örneği", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3522, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:381, C:4, ss:251-266, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

ÜNAL, Şahin ve ÖZDİNÇER, Ferruh (2003), "Küreselleşme Sürecinde Halk Kültürü Ürünü Olan Halk Oyunlarının Uluslararası İlişkilere Katkısı", *Halk Kültürlerinin Uluslararası İlişkilere Katkısı Sempozyumu Bildirileri,* 12-14 Aralık, İstanbul Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:3, ss:254-262, Pınarbaş Matbaası, İstanbul.

ÜNAL, Şinasi (2001), "Türk Folklorunun Turizmde Dünya Etkileşimi Açısından Türk Medyasındaki Yeri ve Önemi" *Türk Folklorunun Turizm Açısından Değerlendirilmesi Sempozyumu Bildirileri,* 19-21 Ekim 2000, *İstanbul,* Kültür Bakanlığı Yayınları:2652, Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:318, Seminer-Kongre Dizisi:65, ss:125-126, Ankara.

WEINECK, Jürgen (2011), "Spor Anatomisi", Çeviri: Semra Elmacı, Spor Yayınevi, Ankara.

YALMAN (YALGIN), Ali Rıza (2000), "Cenupta Türkmen Oymakları I", Hazırlayan: Sabahat Emir, Kültür Bakanlığı Yayınları:256, Yayımlar Dairesi Başkanlığı Kitaplar Dizisi:12, 3. Baskı, Hassoy Matbaacılık, Ankara.

YALTIRIK, Hüseyin (2017), "Batı Trakya Bektaşi Nefes Defterlerindeki Geçmiş Can İçin Söylenen Nefesler ve Ezgileri", *8. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri,* 21-24 Kasım 2011,İzmir, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları:3521, Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü:380, C:3, ss:299-312, Ezgi Ofset Matbaacılık, Ankara.

YENER, Sabri (2011), "Ordu Yöresi Eğlence Kültürü ve Müziği", *Halk Kültüründe Eğlence, Uluslararası Halk Kültür Sempozyumu,* 11-13 Aralık 2009, Kocaeli Üniversitesi, Motif Vakfı Yayınları:10, ss:849-854, İstanbul.

YETİM, A. Azmi (2010), "Sosyoloji ve Spor", 4. Baskı, Berikan Yayınevi, Ankara.

YILDIRIM, Dursun (1998), "Sözlü Kültür ve Folklor Kavramı Üzerine Düşünceler, Türk Bitiği", Akçağ Yayınları, Ankara.

YILMAZ, Kerem Cenk ve ERDOĞAN, Umut (2013), "Türk Halk Oyunları Isınma Egzersizlerine Pragmatik Yaklaşım", *1. Uluslararası Türk Halk Oyunları Kongresi, 10-12 Mayıs 2012,* İnönü Üniversitesi, İnönü Üniversitesi Sanat & Tasarım Dergisi Cilt:3, Özel Sayı, ss:165-167, Malatya.

YILMAZ, Yalçın ve KAYA, Mevlüt (2012), "Atatürk; Türk Kimliği ve Ötekileştirme", *Eğitim ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi,* Cilt:1, s:1, Bahar, ss.117-136.

**İnternet Kaynakları**

aragem.kulturturizm.gov.tr

ekitap.kulturturizm.gov.tr/TR,79173/erzurum-barlari.html

memohome.blogcu.com/kinesiyoloji-hareket-bilimi/1905912

www.biyologlar.com/kalp-kasi

www.erzurumkulturturizm.gov.tr/TR,178899/erzurum-barlari.html

www.mailce.com

www.pilatesfederasyonu.com

www.tdk.gov.tr

# ÖZGEÇMİŞ

Aslen Tokat'lı olmasına rağmen babasının görev icabı bulunduğu Kayseri'nin Yahyalı ilçesinde 1972 yılında doğdu. İlk, orta ve lise tahsilini Tokat'ta tamamladı. İlkokul ikinci sınıfta "Tokat Yöresi" ile başladığı halk oyunları çalışmalarını aralıksız olarak devam etti.

1991 – 1992 eğitim öğretim yılında İTÜ. Türk Musikisi Devlet Konservatuarı Türk Halk Oyunları Bölümü'nün sınavını kazandı. 1995 – 1996 eğitim öğretim yılında hazırladığı "Tokat Yöresi Yazmacılığı ve El Basmacılığı" başlıklı bitirme çalışmasını vererek lisans eğitimini tamamladı.

1996 – 1997 eğitim öğretim yılında İTÜ. Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Halk Oyunları Ana Sanat Dalı Türk Halk Oyunları Yüksek Lisans Programı'nı kazandı. 1997 – 1998 eğitim öğretim yılında "Tokat Merkez Köyleri Manilerinin Derlenmesi ve İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tezini vererek yüksek lisans eğitimini tamamladı.

1998 – 1999 eğitim öğretim yılında İTÜ. Sosyal Bilimler Enstitüsü Temel Bilimler Ana Sanat Dalı Türk Halk Müziği Sanatta Yeterlik Programı'nı kazandı. 2004 – 2005 eğitim öğretim yılında "Türk Halk Oyunlarının Hareket Açısından İncelenmesi" başlıklı sanatta yeterlik tezini vererek "Sanatta Yeterlik" ünvanını aldı.

1998 yılında MEB. Karabük Halk Eğitimi Merkezi ve A.S.O. Müdürlüğü'ne Türk Halk Oyunları Branş Öğretmeni olarak atandı. 1999-2000 yılları arasında Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, 2000-2011 yılları arasında Sakarya Üniversitesi, 2007-2009 yılları arasında YÖK görevlendirme ile Kırgızistan Calalabat İktisat ve Girişimcilik Üniversitesi, 2011-2015 yılları arasında Dicle Üniversites'nde görev yaptı.

2014 yılının eylül ayında "Sahne Sanatları" alanında üniversite doçenti unvan ve yetkisini kazandı.

2015 yılından itibaren Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesindeki görevine devam etmekte olan GÜLBEYAZ evli ve iki çocuk sahibidir.