



T.C.

BARTIN ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**PARALİMPİK SPORCULARIN SPORA İLK ADIMLARI:
KARŞILAŞILAN ULUSLARARASI, PSİKOLOJİK VE SOSYAL
ZORLUKLAR**

MEHMET KORAY ÇATAL

DANIŞMAN

DR. ÖĞR. ÜYESİ ZEYNEP YILDIRIM

BARTIN-2025



T.C.

BARTIN ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**PARALİMPİK SPORCULARIN SPORA İLK ADIMLARI: KARŞILAŞILAN
ULUSLARARASI, PSİKOLOJİK VE SOSYAL ZORLUKLAR**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mehmet Koray ÇATAL

JÜRİ ÜYELERİ

Danışman :

Üye :

Üye :

BARTIN-2025

KABUL VE ONAY

Mehmet Koray ÇATAL tarafından hazırlanan “PARALİMPİK SPORCULARIN SPORA İLK ADIMLARI: KARŞILAŞILAN ULUSLARARASI, PSİKOLOJİK VE SOSYAL ZORLUKLAR” başlıklı bu çalışma, 28.11.2025 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oy birliği ile başarılı bulunarak jürimiz tarafından Programı Seçin olarak kabul edilmiştir.

Başkan :

Üye :

Üye :

Bu tezin kabulü Lisansüstü Eğitimi Enstitüsü Yönetim Kurulu’nun/...../20... tarih ve 20...../.....-..... sayılı kararıyla onaylanmıştır.

Prof. Dr. Zafer CEYLAN
Enstitü Müdürü

BEYANNAME

Bartın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tez yazım kılavuzuna göre Dr. Öğr. Üyesi Zeynep YILDIRIM danışmanlığında hazırlamış olduğum “PARALİMPİK SPORCULARIN SPORA İLK ADIMLARI: KARŞILAŞILAN ULUSLARARASI, PSİKOLOJİK VE SOSYAL ZORLUKLAR” başlıklı yüksek lisans tezimin bilimsel etik değerlere ve kurallara uygun, özgün bir çalışma olduğunu, aksinin tespit edilmesi halinde her türlü yasal yaptırımını kabul edeceğimi beyan ederim.

28.11.2025

Mehmet Koray ÇATAL

YAPAY ZEKÂ KULLANIMINA İLİŞKİN BEYAN

☒ Tez yazım sürecinde yapay zekâ tabanlı araçlardan **faydalanmadım**.

☐ Tez yazım sürecinde yapay zekâ tabanlı araçlardan **faydalandım**. Bu kapsamda, yapay zekâ destekli araçların kullanımına ilişkin aşağıdaki hususları beyan ederim:

1. Bu çalışmada, yalnızca bilimsel üretim sürecini desteklemek amacıyla yapay zekâ tabanlı araçlardan yararlanılmış olup; kullanılan araçların işlevi, katkı düzeyi ve sınırları açık biçimde eklerde belirtilmiştir. Bu kapsamda kullanılan yapay zekânın kapsamı hipotez geliştirme, teorik tartışma ve yorumlama gibi üst düzey beceri, deneyim ve uzmanlık gerektiren aşamaları içermemektedir.
2. Yapay zekâ kullanımı, çalışmanın özgünlüğüne, bilimsel etik kurallarına ve ilgili mevzuata aykırı olmayacak biçimde gerçekleştirilmiştir.
3. Usulsüz yapay zekâ kullanımı (örneğin: kaynak göstermeksizin metin üretimi, otomatik içerik üretiminin özgün eser gibi sunulması, yanıltıcı kaynak gösterimi vb.) tarafımdan kesinlikle yapılmamıştır.
4. Çalışmanın hazırlanmasında kullanılan yapay zekâ araçları ve işlevleri ekte sunulan tabloda ayrıntılı olarak belirtilmiş olup bu kullanım danışman öğretim üyesinin bilgisi dahilinde gerçekleştirilmiştir.
5. Yukarıda yer alan beyanımın gerçeğe aykırı olduğunun tespiti hâlinde, yükseköğretim mevzuatı, ilgili etik kurallar ve Bartın Üniversitesi disiplin mevzuatı çerçevesinde hakkımda yaptırım uygulanabileceğini bildiğimi ve bu sonuçları kabul ettiğimi taahhüt ederim.

28.11.2025

Mehmet Koray ÇATAL

ÖN SÖZ

Bu çalışma, yürüttüğüm araştırmanın bir ürünü olarak ortaya çıkmıştır. Araştırma sürecinde yalnızca bilimsel bilgiye ulaşmak değil, aynı zamanda kişisel ve akademik anlamda önemli kazanımlar elde etmek de mümkün olmuştur.

Tezimin hazırlanma sürecinde, her aşamada yanımda olan ve değerli katkılarıyla çalışmamı yönlendiren tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Zeynep YILDIRIM'a teşekkürü bir borç bilirim. Kendilerinin bilgi birikimi, rehberliği ve sabrı, bu çalışmanın hem akademik niteliğini hem de kapsamını zenginleştirmiştir. Ayrıca, süreç boyunca destek ve katkılarını esirgemeyen Doç. Dr. Yasemin ARI'ya ve Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem GÖKDUMAN'a içten teşekkürlerimi sunarım.

Araştırmam sırasında verilerin toplanması ve analizinde katkı sağlayan tüm katılımcılara da teşekkür ederim. Çalışma süresince manevi desteğini her zaman hissettiğim, sabır ve anlayışlarıyla bana güç veren aileme ve yakın çevreme en derin minnettarlığımı ifade etmek isterim. Onların teşviki ve desteği, bu yolculuğu tamamlamamdaki en büyük motivasyon kaynağım olmuştur.

Bu tezin, alana katkı sağlayacak ve ileride yapılacak çalışmalara ışık tutacak nitelikte olmasını temenni ederim.

Mehmet Koray ÇATAL

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

PARALİMPİK SPORCULARIN SPORA İLK ADIMLARI: KARŞILAŞILAN ULUSLARARASI, PSİKOLOJİK VE SOSYAL ZORLUKLAR

Mehmet Koray ÇATAL

Bartın Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Zeynep YILDIRIM

Bartın-2025, sayfa: 94

Bu çalışma, paralimpik sporcuların spora katılım sürecinde karşılaştıkları yapısal, sosyal, psikolojik ve organizasyonel engelleri derinlemesine inceleyerek, bu engellerle başa çıkma yöntemlerini ve destek mekanizmalarının etkinliğini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Nitel araştırma yönteminin benimsendiği çalışmada, paralimpik sporcuların spora başlama süreçlerindeki deneyimlerine odaklanmak amacıyla fenomenolojik yaklaşım kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemiyle belirlenen, farklı spor branşlarında aktif ve çeşitli engel gruplarını temsil eden 12 paralimpik sporcu oluşturmaktadır. Veriler, araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla toplanmış ve MAXQDA nitel veri analizi programı kullanılarak içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular, sporcuların antrenman tesislerinin yetersizliği ve yüksek ekipman maliyetleri gibi yapısal engellerin yanı sıra; sporun rehabilitasyon aracı olarak görülmesi gibi toplumsal algı sorunları ve erişilebilirlik sıkıntıları gibi organizasyonel zorluklarla karşılaştıklarını göstermektedir. Psikolojik açıdan ise rekabet baskısı, özsaygı eksikliği ve sosyal izolasyon riskinin öne çıktığı, ancak aile ve antrenör desteğinin bu engellerin aşılmasında kritik rol oynadığı belirlenmiştir. Sonuç olarak, engelli sporlarının gelişimi için yalnızca bireysel çabaların yeterli olmadığı; kurumsal, toplumsal ve politik desteklerin zorunlu olduğu ortaya konmuş, bu kapsamda

devlet destekli projeler, farkındalık kampanyaları ve eğitim müfredatı entegrasyonu gibi çözüm önerileri geliştirilmiştir. Çalışma, paralimpik sporcuların toplumsal görünürlüğünün artırılmasına ve engelli spor politikalarının geliştirilmesine yönelik somut veriler sunması bakımından literatüre katkı sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Engelli bireyler, paralimpik spor, psikolojik ve sosyal zorluklar.



ABSTRACT

M.Sc. Thesis

PARALYMPIC ATHLETES' FIRST STEPS INTO SPORT: INTERNATIONAL, PSYCHOLOGICAL AND SOCIAL CHALLENGES ENCOUNTERED

Mehmet Koray ÇATAL

Bartın University

Graduate School

Department of Physical Education and Sports Teaching

Thesis Advisor: Assist. Prof. Dr. Zeynep YILDIRIM

Bartın- 2025, pp: 94

This study aims to deeply examine the structural, social, psychological, and organizational barriers encountered by Paralympic athletes during their sports participation process and to reveal the methods for coping with these barriers as well as the effectiveness of support mechanisms. Adopting a qualitative research method, the study employed a phenomenological approach to focus on the experiences of Paralympic athletes during their initiation into sports. The study group consists of 12 Paralympic athletes who are active in various sports branches and represent different disability groups, determined through the maximum variation sampling method. Data were collected using a semi-structured interview form prepared by the researcher and analyzed via content analysis using the MAXQDA qualitative data analysis software. The findings indicate that athletes face structural barriers such as the inadequacy of training facilities and high equipment costs, as well as societal perception issues such as viewing sports merely as a rehabilitation tool and organizational challenges like accessibility problems. Psychologically, competitive pressure, lack of self-esteem, and the risk of social isolation were found to be prominent; however, family and coach support played a critical role in overcoming these obstacles. In conclusion, it was revealed that individual efforts alone are insufficient for the development of disability sports, and institutional, social, and political support is mandatory. In this context, solution proposals such as state-supported projects, awareness campaigns, and integration into the

educational curriculum have been developed. The study contributes to the literature by providing concrete data aimed at increasing the social visibility of Paralympic athletes and developing policies for disability sports.

Keywords: Individuals with disabilities, paralympic sports, psychological and social challenges.



İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	ii
BEYANNAME	iii
YAPAY ZEKÂ KULLANIMINA İLİŞKİN BEYAN	iv
ÖZET.....	vi
ABSTRACT	viii
İÇİNDEKİLER	x
ŞEKİLLER DİZİNİ	xii
TABLolar DİZİNİ	xiii
EKLER DİZİNİ	xiv
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ.....	xv
1.GİRİŞ.....	1
2.LİTERATÜR ÖZETİ	3
2.1. Engellilik Nedir	3
2.2. Engellilik Nedenleri	4
2.2.1. Doğum Öncesi Nedenler.....	4
2.2.2. Doğum Sırasındaki Nedenler	5
2.2.3. Doğum Sonrası Nedenler	5
2.3. Engellilik Türleri	5
2.3.1. Bedensel Engelli.....	6
2.3.2. Zihinsel Engelli	6
2.3.3. Görme Engelli.....	6
2.3.4. İşitme Engelli.....	7
2.3.5. Dil ve Konuşma Engelli	7
2.3.6. Süre Gelen Hastalığı Olan Engelli	7
2.4. Engelliler ve Spor Kavramı	7
2.5. Fiziksel Aktivite	9
2.5.1. Fiziksel Aktivitenin Faydaları ve Etkisi	9
2.5.2. Fiziksel Aktivite ve Spor	10
2.6. Paralimpik Oyunlar.....	10
2.6.1. Paralimpik Oyunların Tarihçesi.....	11
2.6.2.1. Yaz Sporları	12
2.6.2.2. Kış Sporları	36

3. MATERYAL VE METOT	43
3.1. Araştırma Yöntemi.....	43
3.3. Veri Toplama Araçları	46
3.4. Verilerin Analizi	48
4. BULGULAR.....	54
5. TARTIŞMA.....	66
5.1. Yapısal Engeller.....	66
5.2. Psikososyal Engeller	73
5.3. Motivasyon ve Dönüşüm	75
5.4. Destek Sistemleri.....	76
5.5. Farkındalık ve Katılım	78
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	81
KAYNAKLAR.....	84
EKLER.....	92
ÖZGEÇMİŞ.....	94

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil	Sayfa
No	No
2.1: Paralimpik spor dalları	12
3.1: İş akış süreci	48
3.2: İçerik analizi aşamaları	50
3.3: Nitel veri analizinin aşamaları.....	51
4.1: Yapısal engeller, psikososyal engeller, motivasyon ve dönüşüm destek sistemleri, farkındalık ve katılım ana teması, alt temalar, kategoriler ve kodları.....	54
4.2: Yapısal engeller ana teması, alt temalar, kategoriler ve kodları	55
4.3: Psikososyal engeller ana teması, alt temalar, kategoriler ve kodları	57
4.4: Motivasyon ve dönüşüm ana teması, alt temalar, kategoriler ve kodları.....	59
4.5: Destek sistemleri ana teması, alt temalar, kategoriler ve kodları	61
4.6: Farkındalık ve Katılım Ana Teması, Alt Temalar, Kategoriler ve Kodları	63

TABLÖLER DİZİNİ

Tablo	Sayfa
No	No
3.1: Katılımcıların branşları ve sayıları	45
3.2: Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin veriler	46
4.1: Altyapı ve sistem eksikleri, toplumsal algı, organizasyonel sorunlar, kurumsal alt teması, kategorileri, kodları, maddeleri.....	55
4.2: Psikolojik engeller, sosyal izolasyon alt teması, kategorileri, kodları, maddeleri.....	58
4.3: Psikolojik dönüşüm, toplumsal engellerin dönüşümü alt teması, kategorileri, kodları, maddeleri	60
4.4: Aile desteği, antrenör katkısı alt teması, kategorileri, kodları, maddeleri	62
4.5: Toplumsal katılım, farkındalık artırma alt teması, kategorileri, kodları, maddeleri..	64

EKLER DİZİNİ

Ek	Sayfa
<u>No</u>	<u>No</u>
Ek 1. Etik kurul onayı.....	92
Ek 2. Bilgi onam formu	93



SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

KISALTMALAR

BWF	: Badminton Dünya Federasyonu
BISFed	: Boccia Uluslararası Spor Federasyonu
CAP	: Kariyer Destek Programı
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
FA	: Fiziksel Aktivite
FINA	: Uluslararası Yüzme Federasyonları Birliği
IBU	: Uluslararası Biatlon Birliği
ICF	: Uluslararası Kano Federasyonu
IBSA	: Uluslararası Kör Sporları Federasyonu
IFSC	: Uluslararası Spor Tırmanışı Federasyonu
IIHF	: Uluslararası Buz Hokeyi Federasyonu
IPC	: Uluslararası Paralimpik Komitesi
IPTTF	: Uluslararası Para Masa Tenisi Komitesi
ISOD	: Uluslararası Engelliler Spor Örgütü
ISSF	: Uluslararası Atış Sporları Federasyonu
ITF	: Uluslararası Tenis Federasyonu
ITU	: Uluslararası Triatlon Birliği
IVF	: Uluslararası Va'a Federasyonu
IWAS	: Uluslararası Tekerlekli Sandalye ve Ampute Sporları Federasyonu
IWBF	: Uluslararası Tekerlekli Sandalye Basketbol Federasyonu
SEM	: Yapısal Eşitlik Modellemesi
UCI	: Uluslararası Bisiklet Birliği
VL	: Va'a (Outrigger Canoe)
WT	: Dünya Tekvando

1.GİRİŞ

Engelli bireylerin spora katılım süreçleri, yalnızca fiziksel bir aktiviteye dahil olma pratiği olmanın ötesinde, sosyal katılım, psikolojik iyileşme ve toplumsal görünürlük açısından kritik bir öneme sahiptir. Paralimpik sporcuların yaşadığı deneyimler, engelli bireylerin toplumsal yaşamda karşılaştıkları çok boyutlu engellerin spor alanına da yansıdığını göstermektedir. Ancak mevcut literatürde, bu engeller çoğunlukla yüzeysel ve tek boyutlu olarak ele alınmış; yapısal, sosyal, psikolojik ve organizasyonel faktörlerin birbirleriyle nasıl etkileşim içinde olduğu yeterince ortaya konmamıştır. Bu bağlamda, söz konusu çalışma, paralimpik sporcuların spora katılım süreçlerini doğrudan kendi deneyimleri üzerinden inceleyerek, karşılaştıkları zorlukları derinlemesine analiz etmekte ve çözüm odaklı politika önerileri sunmaktadır. Araştırma, yalnızca mevcut engellerin betimlenmesiyle sınırlı kalmayıp, bireysel performans, motivasyon ve toplumsal katılımı artıracak yenilikçi çözüm önerileri geliştirmesi yönüyle alana özgün bir katkı sağlamaktadır. Bu niteliğiyle çalışma, engelli spor politikalarının geliştirilmesine ve paralimpik sporcuların toplumsal görünürlüğünün artırılmasına yönelik stratejik bir kaynak işlevi görmektedir.

Fiziksel aktivitelerin ve sporun engelli bireyler üzerindeki iyileştirici etkilerinin anlaşılmasıyla başlayan engelli sporu, her sene sporcu sayısı, yapılan branşlar ve engel çeşitleri açısından olumlu yönde ilerlemeler kaydetmiştir. Bu gelişmelerle birlikte etkinlikler hızla uluslararası platformda da kendine yer edinmiştir. Katılımcı sporcu sayısındaki artış, beraberinde farklı spor branşlarının ve çeşitli engel gruplarının da yarışmalara dahil olmasını mümkün kılmıştır (Zengin ve Şentürk, 2022).

Ülkemizde özel gereksinimleri olan bireylerin fiziksel etkinlik programlarına katılımlarını zorlaştıran unsurları tespit etmek için gerçekleştirilen bir araştırmada, engeller; bireysel, toplumsal, çevresel ve diğer engeller (mali unsurlar; ulaşım masrafları, ekipman maliyetleri vb.) şeklinde kategorize edilmiştir (Ayan ve Ergin, 2017).

Paralimpik sporcuların spora giriş süreçlerinde karşılaştıkları uluslararası, psikolojik ve sosyal engellerin araştırılması, sadece sporcuların bireysel deneyimlerini anlamak için değil; aynı zamanda engelli spor politikalarının geliştirilmesi, kapsayıcı eğitim yöntemlerinin oluşturulması ve toplumsal farkındalık projelerinin desteklenmesi açısından da son derece

önemlidir. Bu engellerin anlaşılması, sporcuların spora katılımını kolaylaştıracak ve onların fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimlerine katkı sağlayacak uygulamaların geliştirilmesine yardımcı olacaktır.

Araştırma, paralimpik sporcuların kariyerlerine başlarken karşılaştıkları uluslararası düzeydeki altyapı yetersizlikleri, finansal sınırlamalar, vize ve seyahat sorunları gibi yapısal meselelerin yanı sıra; psikolojik açıdan motivasyon kaybı, özsaygı eksikliği, toplumsal kalıplar ve sosyal destek eksiklikleri gibi unsurları kapsamlı bir şekilde incelemektedir. Böylece hem yerel hem de uluslararası düzeyde sporcuların ihtiyaçlarına uygun politikaların geliştirilmesine katkıda bulunulması hedeflenmektedir.

Bu çalışma, bahsedilen engelleri detaylı bir şekilde ele alarak, spora yeni başlayan paralimpik sporcular için daha kapsayıcı, erişilebilir ve sürdürülebilir bir spor ortamı oluşturmayı amaçlamaktadır. Elde edilen bulguların, spor federasyonları, politika yapıcılar, eğitim kurumları ve sivil toplum kuruluşları gibi ilgili paydaşlara rehberlik etmesi, engelli bireylerin spor faaliyetlerine katılımını destekleyen kapsayıcı bir ekosistemin kurulmasında önemli bir adım olarak görülmektedir.

2.LİTERATÜR ÖZETİ

Bu bölümde, araştırmanın kuramsal çerçevesini oluşturan engellilik kavramı, engelli bireylerde spor ve fiziksel aktivite olgusu ele alınmaktadır. Ayrıca Paralimpik oyunların tarihçesi ve Paralimpik spor branşlarına ilişkin literatür bilgileri yer almaktadır.

2.1. Engellilik Nedir

Toplumdaki bireylerin gelişim süreçlerinde normal ve anormal özellikler gözlemlenir. Anormal gelişimler, bireyleri özel kılar. Gelişim süreçlerini etkileyen nedenlerden biri doğum öncesi faktörlerdir. Bebekler, çevresel uyaranlardan etkilenir ve kalıtsal faktörler de önemlidir. Anne davranışlarının etkisi anlaşılmalıdır; bu, annenin yaşı, beslenmesi, psikolojik durumu ve akraba evliliklerini içerir. Doğum sırasında yaşanan durumlar da bireyler arasındaki farklılıkları etkiler. Erken veya geç doğum, riskli doğumlar ve steril olmayan ortamlar bu durumda rol oynar. Ayrıca, doğum sonrası faktörler de önemlidir. Bunlar enfeksiyonlar, beslenme hataları, hastalıklar, travmalar ve uygunsuz çevre koşullarını kapsar (Yavuzer, 1995: 34).

Engelli birey, doğuştan ya da sonradan herhangi bir nedenle bedensel, zihinsel, ruhsal, duygusal ve sosyal becerilerinin farklı düzeylerde kaybını yaşayan, bu durum nedeniyle normal yaşantısına uyum sağlamakta zorlanan ve tek başına gerçekleştirmesi gereken işlevler için bile desteğe ihtiyaç duyan kişidir (Gür, 2001).

Engelli; doğuştan ya da sonradan çeşitli nedenlerle bedensel, zihinsel, ruhsal, duygusal ve sosyal yeteneklerinde farklı derecelerde kayıplar yaşayan, bu nedenle toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük ihtiyaçlarını karşılama konusunda zorluklar yaşayan, ayrıca korunma, bakım, rehabilitasyon, danışmanlık ve destek hizmetlerine ihtiyaç duyan bireydir (T.C. Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı, 2008: 34).

Dünya Sağlık Örgütü (WHO), engelliliği, “kişilerin ya da vücudun genel olarak beklenen davranışlarını, yeteneklerini ve gerçekleştirmesi gereken görevlerini yerine getirmekteki eksiklik veya sınırlılık” olarak tanımlamaktadır. Ayrıca, engellilik; “bir yetersizlik veya özür nedeniyle, bireyin yaşı, cinsiyeti, sosyal ve kültürel faktörlere bağlı olarak üstlenmesi

beklenen rollerin kısıtlanması veya bu rollerin yerine getirilememesi” şeklinde ifade edilmektedir (WHO, 1980: 28).

Yaş, cinsiyet ile sosyal ve kültürel faktörler, engelliliği belirleyen önemli unsurlardır. Engellilik, bir bozukluk ya da sakatlık nedeniyle, bireyin beklenen rolleri yerine getirmekte yaşadığı sınırlamalar veya yetersizliklerdir (Özer, 2001).

Anatomik, fizyolojik ya da psikolojik yapı ve işlevlerdeki eksiklikler, kayıplar veya anormallikler sebebiyle, normal bir kişinin başarıyla gerçekleştirebileceği görevleri yerine getirememesi durumu engellilik olarak adlandırılmaktadır (Alçak, 1997).

Bireyin anatomik, fizyolojik ve psikolojik yapılarındaki aksaklıklar veya eksiklikler nedeniyle, normal bir kişinin başarıyla gerçekleştirebileceği etkinliklerin sınırlı ya da tamamen gerçekleştirilememesi durumu söz konusudur (Atasoy, 2016).

2.2. Engellilik Nedenleri

Özer (2017) çalışmasında engelliliğin karmaşık bir sorun olduğunu vurgulamış ve bu sorunun nedenlerini üç ana kategori altında toplamıştır: doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrası nedenler.

2.2.1. Doğum Öncesi Nedenler

- Gebelik süresince beslenme şekli
- Gebelik esnasında bilinçsizce kullanılan ilaçlar
- Alkol tüketimi
- Gebelik döneminde geçirilen enfeksiyon hastalıkları
- Gebelik toksemisi
- Aile içinde kalıtsal hastalık taşıyan bireyler arasındaki evlilikler
- Kan uyuşmazlığı durumu
- İyonize röntgen ışınlarına maruz kalma
- Annenin duygusal durumu
- Annenin yaşı

- Radyasyon etkisi
- Kromozomlara ve genlere bağılı bozukluklar.
- Klinefelter Sendromu (XXY)
- Turner Sendromu (X0)
- Metabolik bozukluklar
- Kalıtım

2.2.2. Doğum Sırasındaki Nedenler

- Bebeğin başına beklenmedik basınç uygulanması
- Doğum sancısının zamanında beklenmemesi
- Plasentanın erken ayrılması
- Kordonun bebeğin boynuna dolanması
- Bebeğin baş pozisyonunun yanlış olması
- Uzayan doğum süreci

2.2.3. Doğum Sonrası Nedenler

- Ağır ve ateşli hastalıklar
- Yetersiz beslenme
- Kaza, travma, zehirlenme, hastalık, doğal afet gibi olaylar
- Sinir sistemi hastalıkları veya sinir sisteminin zarar görmesi
- Düşme, yanma, ev kazaları, trafik kazaları vb. (Özer, 2017).

2.3. Engellilik Türleri

Engellilik türleri, literatürde altı farklı başlık altında incelenmektedir. (DİE/Özürlüler İdaresi Başkanlığı, 2009).

- Bedensel engelli
- Zihinsel engelli,
- Görme engelli,

- İşitme engelli,
- Dil ve konuşma engelli,
- Süre gelen hastalığı olan engelli.

2.3.1. Bedensel Engelli

İskelet ve kas fonksiyonlarındaki yetersizlikler, eksiklikler ve işlev kayıpları nedeniyle bedensel engelli olarak tanımlanan kişiler, çeşitli fiziksel zorluklarla karşılaşmaktadır. Bu kapsama, el, kol, ayak ve bacak gibi uzuvlarda veya omurgada görülen fazlalıklar, eksiklikler, hareket kısıtlılıkları, kısılıklar, şekil bozuklukları ve kemik rahatsızlıkları sahip bireyler ile felçli, serebral palsi, kas güçsüzlüğü, spazm ve spina bifida gibi durumlarla karşılaşan kişiler de dâhildir (Öztürk, 2011).

2.3.2. Zihinsel Engelli

Zihinsel engel, beyin işlevlerinin yeterince yerine getirilememesi nedeniyle bireyin gelişiminde belirli dönemlerde veya alanlarda farklı düzeylerde ortaya çıkan yetersizliklerin, eksikliklerin bir sonucu olarak, çevre ile uyum sağlamak ve bağımsız bir yaşam sürdürmekte zorluklar yaşaması durumudur (Senemoğlu, 2007).

2.3.3. Görme Engelli

Görme engeli, bireylerin bir veya iki gözünde kısmen ya da tamamen görme kaybı yaşaması durumudur. Bu grupta, protez göz kullananlar, renk körlüğü yaşayanlar, gece körlüğü ile mücadele edenler ve şaşılık gibi farklı durumları olan kişiler de yer almaktadır (Şişman, Kocabaş ve Yazıcı, 2011). Literatürde görme bozuklukları çeşitli şekillerde sınıflandırılmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), görme engelini sınıflandırırken görme alanı ve görme keskinliğini esas almaktadır. Görme keskinliğinin kaybı, okuma, çalışma, detayları seçmede zorluk ve görüş alanının daralması gibi durumlarla kişinin bireysel hareket kabiliyetinin kısıtlanması anlamına gelmektedir (Keener, 2004).

DSÖ, görme duyusunu dört ana başlık altında sınıflandırmaktadır: normal görme, orta derecede görme kaybı, ciddi görme kaybı ve körlük (WHO, 2010).

2.3.4. İşitme Engelli

İşitme engeli, bir bireyin duyma duyarlılığının, insanlarla etkili iletişim kurma ve toplumsal uyum sağlama konusundaki faaliyetlerini yeterince yerine getirememesi sonucunu doğuran bir durumdur. Bu durum, en hafif düzeyden en ağır düzeye kadar değişiklik gösteren işitme eksikliği veya yetersizliği olarak tanımlanabilir (Açak, 2011).

2.3.5. Dil ve Konuşma Engelli

Doğuştan gelen veya sonradan gelişen çeşitli etkenler sonucunda konuşma yeteneği olmayan ya da bu alanda önemli yetersizlikler yaşayan bireyler, bu kapsamda ele alınmaktadır. İşitme duyusu sağlam olmasına rağmen konuşma yetisi bulunmayan, larenjektomi geçiren ya da çene ve ağız yapısında anatomik bozukluklar yaşayan kişiler de bu gruba dâhil edilmektedir (Dalbudak, 2012).

2.3.6. Süre Gelen Hastalığı Olan Engelli

Bireyin çalışma kapasitesini ve günlük yaşamındaki işlevselliğini olumsuz etkileyen, sürekli tedavi ve bakım gerektiren hastalıklar arasında; kanserler, sinir sistemi hastalıkları, ruhsal davranış bozuklukları, solunum sistemi rahatsızlıkları, sindirim sistemi hastalıkları, idrar yolları ve üreme organı rahatsızlıkları, cilt ve deri hastalıkları, endokrin ve metabolik hastalıklar, kalp-damar hastalıkları, kan hastalıkları ve HIV gibi durumlar yer almaktadır (Özata ve Karip, 2017).

2.4. Engelliler ve Spor Kavramı

Spor, bireylerin sinir ve kas sistemleri ile fiziksel ve zihinsel tepkilerini geliştiren, vücudun metabolik ve fizyolojik gelişimine katkı sağlayan önemli bir araçtır. Fiziksel aktivitelerin rehabilitasyon özelliği, bu alandaki çalışmalarla vurgulanmaktadır (Biçer vd., 2004).

Sporun, fiziksel olarak normal gelişim gösteren bireyler üzerindeki olumlu etkileri kadar, engelli bireyler üzerinde de benzer ve hatta daha fazla etkisi olduğu gözlemlenmektedir. Her sportif etkinlik, engelli bireyler için hayati bir toplumsal deneyim sunmaktadır. Bunun yanı

sıra, spor, doğal ortamında bulunan tüm bireyleri farklı şekillerde etkileyerek, onların gelişim alanlarını desteklemektedir (İlhan ve Esentürk, 2014).

19.yüzyılın ortalarında, bir grup jimnastikçi, bowling oyuncusu ve satranç meraklısı bir araya gelerek bir takım oluşturma girişiminde bulundu. Bu süreç, 18 Ekim 1888'de Berlin Sağır Jimnastik Derneği'nin kurulmasıyla ivme kazandı ve sağır sporcular için önemli bir organizasyon temeli atılmış oldu. 1896 yılında grup, kadın ve çocuk bölümlerini de faaliyetlerine dahil etti.

1. Dünya Savaşı sonrasında, 1914–1915 yıllarında gazilere yönelik ilk spor kulüpleri kuruldu. 1928 yılında Almanya'da, görme engelli sporcular atletizm branşında yarışmalara katılmaya başladı. Nasyonal sosyalistlerin 1933 yılında zihinsel ve bedensel engelli bireyler için spor faaliyetlerine başlaması, sonrasında da bu olanakların 2. Dünya Savaşı gazilerine sunulması uygulamaları önemli bir dönüm noktası olmuştur (TESYEV, 2025).

10 Ağustos 1924'te Fransa'nın Paris şehrinde gerçekleştirilen ilk Uluslararası Sessiz Oyunlar, 9 ülke ve toplam 128 sporcunun katılımıyla, Olimpiyat Oyunları'nın sağır bir versiyonu olarak tarihe geçti (Deaflympics, t.y.).

1 Şubat 1945 tarihinde, Dr. Ludwig Guttmann, İngiltere'nin Aylesbury kentinde bulunan Stoke Mandeville Rehabilitasyon Merkezi'nde, 2. Dünya Savaşı sırasında omurilikleri yaralanan parapleji hastalarının rehabilitasyonu için spor faaliyetlerine yer verdi (Kalyon, 1997; Rimmer, 2005).

Engelli sporlarının ilk kez şekillendiği an ise 28 Temmuz 1948 tarihinde gerçekleşti. İngiliz Nöroloji Cerrahisi Sir Ludwig Guttmann tarafından düzenlenen I. Stoke Mandeville Özürlüler Oyunları, bu alandaki ilk organizasyon olarak kabul edilmektedir. Dr. Guttmann, engellilerin spor alanındaki olumlu etkilerini gözlemleyince, sporun daha geniş kitlelere ulaşabilmesi için 1949'da düzenlediği ikinci oyunun ödül töreninde, "Özürlülerin spor etkinliklerinin İngiltere sınırlarının dışına taşınarak uluslararası düzeye taşınmasını" önerdi. Başlangıçta fazla ilgi görmeyen bu öneri, üç yıl sonra, 1952'de Hollanda'dan gelen küçük bir engelli sporcu kafesi ile ilk uluslararası ilişkiyi doğurdu (Kalyon, 1997).

Dr. Guttmann, engelli sporlarını Olimpiyat ruhu ile birleştirerek önemli bir çağdaş spor hareketinin temelini attı (Konar ve Pepe, 2003).

Engelli spor branşları arasında ilk etapta okçuluk, bowling, bilardo ve masa tenisi yer aldı. Ardından tekerlekli sandalye polo ve basketbol branşları eklendi. Kısa bir süre içerisinde eskrim, cirit, gülle atma, tekerlekli sandalye yarışı, tekerlekli sandalye ile slalom yarışı ve halter gibi branşlar da bu listeye katıldı (Kızar, 2012).

2.5. Fiziksel Aktivite

Fiziksel aktivite (FA), en yaygın tanımıyla, enerji harcanarak gerçekteşirilen ve iskelet kaslarının harekete geçtiği vücut hareketi olarak tanımlanmaktadır. Daha geniş bir tanım ise, iskelet kaslarının kasılmaları sonucu ortaya çıkan ve dinlenme seviyelerinin üzerinde bir enerji sarfiyatı gerektiren, işe gidip gelme, mesleki görevler, ev içindeki işler gibi günlük rutin faaliyetlerin yanı sıra sağlığı geliştirmek amacıyla yapılan her türlü hareket ve aktiviteyi içeren beden hareketleri olarak ifade edilmektedir (Caspersen vd., 1985).

Fiziksel aktivite, bedenimizde enerji harcaması gerektiren ve iskelet kasları tarafından gerçekteşirilen her türlü hareket olarak tanımlanmaktadır (WHO, 2025).

Fiziksel aktivite, kaslar ve eklemler aracılığıyla enerji harcayan, kalp ve solunum hızı üzerinde olumlu etkiler yaratan ve çeşitli yoğunluklarda gerçekteşirilebilen bir dizi aktivitedir. Bu tür aktiviteler, genellikle halsizlikle sonuçlanır. Bu nedenle, fiziksel günlük yaşam aktivitelerini “günlük işlevler sırasında iskelet kaslarıyla gerçekteşirilen istemli hareketlerin toplamı” olarak tanımlamak mümkündür (Can, 2013: 5).

2.5.1. Fiziksel Aktivitenin Faydaları ve Etkisi

Teknolojik gelişmelerin hızla arttığı günümüzde, insanlar günlük yaşamlarında giderek daha hareketsiz hale gelmektedir. Elektronik cihazlar, arabalar ve benzeri araçların yaygınlaşması, bireylerin günlük fiziksel aktivitelerini azaltmaktadır. Fiziksel aktivitedeki bu azalma, insanların hem fiziksel hem de psikolojik sağlıklarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Oysa ki, fiziksel aktivite birçok hastalığın önlenmesinde ve tedavi edilmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Akyol, Bilgiç ve Ersoy, 2008).

Egzersiz, iş verimliliğini artırmanın yanı sıra hastalıklar nedeniyle kaybedilen gün sayısını azaltır, enerji seviyelerini yükseltir, öz saygıyı geliştirir ve stresi azaltır. Ayrıca olumlu bir bakış açısı kazandırarak güveni artırır, sosyal ilişkileri güçlendirir ve bireyler arasındaki iletişimi geliştirerek toplumsal uyumu sağlar. Egzersiz, yaşam süresini uzatmanın yanı sıra zihinsel yetenekleri geliştirir, sağlıklı bir vücut yapısı oluşturur, kemik yoğunluğunu artırır, dolaşımı iyileştirir ve uykusuzluğu önler. Kardiyovasküler hastalık riskini azaltır, kan basıncını dengelemeye yardımcı olur, felç riskini düşürür, diyabet semptomlarını hafifletir ve bağırsak sağlığını destekler. Menstrüel krampların önüne geçer, yaşlı bireylerin günlük aktivitelerini kolaylaştırır ve kendine zaman ayırmak yoluyla yaşam kalitesini ve mutluluğu artırır. Ayrıca vücut ağırlığını korumak, toplumsal konumu desteklerken sağlıklı kas ve kemik yapısı özgüveni güçlendirir (Topsaç, 2013).

2.5.2. Fiziksel Aktivite ve Spor

Fiziksel aktiviteler ve spor, bireylerin biyolojik, bedensel ve duygusal gereksinimlerini karşılayarak yaşam koşullarına karşı dirençli kalmalarını sağlama potansiyeline sahiptir. Bu tür faaliyetler hem fiziksel hem de zihinsel gelişime katkı sunarken, kalp ve damar hastalıklarını da önlemeye yardımcı olur. Düzenli olarak yapılan egzersizler, sadece fiziksel sağlığı artırmakla kalmaz, aynı zamanda ruhsal durumu da olumlu yönde etkiler. Fiziksel aktiviteler, ekipman kullanılarak veya ekipmansız, bireysel ya da grup halinde gerçekleştirilebilir. Ayrıca, ulusal ve uluslararası düzeyde düzenlenen yarışmalar, katılımcıların iletişim becerilerini geliştirmelerini sağlayan önemli bir etkinliktir (Tarhan, 2014).

2.6. Paralimpik Oyunlar

"Paraplejik" ve "Olimpik" kelimelerinin birleşiminden oluşan "Paralimpik" kelimesi, engelli bireylerin uluslararası oyunlara katılımını ve Olimpik Hareketle olan güçlü bağımlı ifade eder. Bu terim, Yunan kökenli "para" edatı ile "paralel" ve "Olimpik" kelimelerinin bir araya gelmesiyle meydana gelmiştir. 1988 yılından bu yana Olimpiyat oyunları ile birlikte varlığını sürdüren "Paralimpik" terimi, bu oyunların resmi adını temsil etmektedir (Kahvecioğlu, 2021).

Paralimpik Hareketi'nin temelini sporcular oluşturur. Bu hareket, başlangıç seviyesinden yarı elit ve elit düzeye kadar tüm engelli sporculara eşit spor yapma imkanı sunma arzusuyla doğmuştur. Paralimpik Oyunlar, kararlılık, cesaret, eşitlik ve ilham gibi değerlerle doludur (Ürkmez, 2019).

Paralimpik Oyunlar, Paralimpik sporcular ve Paralimpik hareketin unsurları için her dört yılda bir gerçekleşen spor döngüsünün doruk noktasını simgeler. Dünya şampiyonaları ile ulusal ve bölgesel yarışmalar, bu büyük finale ulaşmanın temel taşlarını oluşturur. Paralimpik Oyunlar, farklı türlerde ve derecelerde engelli ve eşit fırsatlara sahip en iyi sporcuları bir araya getirerek, dünyanın dört bir yanından erkek ve kadın katılımcılar için en üst düzeyde temiz, adil, güvenli ve iyi organize edilmiş bir rekabet ortamı sunar (IPC, 2020).

2.6.1. Paralimpik Oyunların Tarihçesi

Engelli bireylerin sporla tanışması, 19. yüzyılın sonlarına kadar uzanmaktadır. İlk spor kulüpleri, 1888 yılında Berlin'de sağırılar için kurulmuştur. Ancak engelli sporlarının sistematik bir şekilde tanıtılıp geliştirilmesi, II. Dünya Savaşı sonrasına denk gelmektedir. Savaş sonrası dönemde, artan fiziksel engelli bireylerin rehabilitasyon ihtiyaçları, sporun tedavi edici yönüne olan ilgiyi artırmıştır. Bu bağlamda, 1944 yılında İngiliz Hükümeti'nin teşvikiyle Dr. Ludwig Guttmann, Stoke Mandeville Hastanesi'nde omurilik yaralanmaları için bir merkez kurarak sporun rehabilitasyon aracı olarak kullanımını başlatmıştır. 1948'de düzenlenen ilk Stoke Mandeville Oyunları, Paralimpik hareketin doğuşunu simgelerken, bu oyunlar 1960 yılında Roma'da gerçekleştirilen ilk resmi Paralimpik Oyunları'na evrilmiştir. Zamanla görme engelliler, amputeler ve serebral palsili bireyler gibi farklı engel gruplarının da katılımıyla organizasyonlar çeşitlenmiş, Uluslararası Engelliler Spor Örgütü (ISOD) ve diğer engel gruplarına özgü federasyonlar kurulmuştur. Bu yapıların koordinasyon ihtiyacı sonucunda 1982 yılında Uluslararası Koordinasyon Komitesi (ICC) oluşturulmuş ve nihayetinde 1989'da Uluslararası Paralimpik Komitesi (IPC) kurulmuştur. "Paralimpik" terimi, Olimpiyatlarla eş zamanlı ve paralel bir organizasyonu ifade etmektedir; günümüzde Paralimpik Oyunlar, her dört yılda bir Olimpiyatlarla aynı şehir ve tesislerde gerçekleştirilmektedir (International Paralympic Committee, t.y.).

2.6.2. Paralimpik Spor Dalları

Uluslararası Paralimpik Komite (IPC) tarafından organize edilen Paralimpik Oyunları'nda, şu anda 23 yaz ve 6 kış sporu olmak üzere toplamda 29 farklı spor dalı yer almaktadır (IPC, t.y.).

Yaz Sporları	
Para Okçuluk	
Para Atletizm	
Para Badminton	
Bocce	
Para Kano	
Para Bisiklet	
Binicilik	
Futbol (5 kişilik)	
Goalball	
Judo	
Para Halter	
Para Kürek	
Para Atıcılık	
Oturarak Voleybol	
Para Yüzme	
Para Masa Tenisi	
Para Tekvando	
Para Triatlon	
TS Basketbol	
TS Eskrim 15	
TS Ragbi	
TS Tenis	
Para tırmanış	
Kış Sporları	
Para Alp Disiplini	
Biatlon	
Kuzey Disiplini	
Para Buz Hokeyi	
Para Snowboard	
TS Curling	

Şekil 2.1: Paralimpik spor dalları

2.6.2.1. Yaz Sporları

Para Okçuluk: Para okçuluk, fiziksel engelli bireylerin katılım gösterebildiği, yüksek düzeyde hassasiyet, güç ve konsantrasyon gerektiren bir spor dalı olup, 1960 Roma Paralimpik Oyunları'nda yer alan orijinal branşlardan biri olarak dikkat çekmektedir. Dünya Okçuluk Federasyonu tarafından düzenlenen bu branşta, sporcular yardımcı ekipmanlar kullanarak atış yapabilmektedir. Yarışmalarda hedefin büyüklüğü ve okçuların mesafesi sınıflara göre değişmekte; klasik yay kullanan sporcular 70 metre mesafedeki 122 cm

apındaki hedefe, bileşik yay kullananlar ise 50 metredeki 80 cm çapındaki hedefe nişan almaktadır. Her sporcu bireysel müsabakalarda 6 ok içeren 12 seride toplam 72 ok atışı gerçekleştirmektedir. Sporcular, "Açık" ve "W1" olmak üzere iki ana sınıfa ayrılmakta; Açık sınıf, ayakta durabilen veya tekerlekli sandalye kullanan bireyleri kapsarken, W1 sınıfı daha fazla fiziksel kısıtlılığı olan ve yay çekme kuvveti sınırlı bireyleri kapsamaktadır. Özellikle ARW2 sınıfında alt ekstremite fonksiyonları yetersiz olan ve tekerlekli sandalye kullanımı zorunlu sporcular yer almaktadır. Açık hava müsabakalarında atış mesafeleri 30–90 metre arasında değişirken, Paralimpik Oyunları'nda bu mesafe 70 metreye, kapalı alanlarda ise 18–25 metreye kadar düşebilmektedir. Hedefler i içe geçmiş 10 halkadan oluşmakta olup, amaç merkeze en yakın atışla en yüksek puanı kazanmaktır. Para okuluğa katılım için kas gücü kaybı, atetoz, hipertoni, eklem hareket açıklığı bozuklukları, uzuv kaybı ve ataksi gibi engel türleri uygunluk kriterleri arasında yer almaktadır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Atletizm: Para atletizm, Paralimpik hareketin en kapsamlı spor dalıdır ve 1960 yılında Roma'da düzenlenen ilk Paralimpik Oyunları'nda yer alan sekiz spordan biri olarak günümüze ulaşmıştır. Bu alandaki uluslararası organizasyon ise, Uluslararası Paralimpik Komite tarafından yürütülmektedir. Para atletizm, engelli atletlere pek çok yarışma fırsatı sunmakla birlikte, Paralimpik Oyunlar, Dünya şampiyonası, Grand Prix ve bölgesel şampiyonalar gibi önemli etkinlikler de düzenlemektedir.

Sporcular, kendi engel türlerine göre sınıflandırılır ve bu sınıflandırma, engellerinin performans üzerindeki etkisini azaltmayı hedefler. Para atletizmde tekerlekli sandalye yarışları, protezler ve rehberli koşular gibi çeşitli kategoriler bulunmaktadır. Ayrıca, 2018 yılında Yarış Koşusu disiplini de eklenmiştir.

İlk Para atletizm yarışı 1952 yılında gerçekleştirilmiş olup, 1960'ta Roma'da yalnızca 31 sporcu bu alanda mücadele etmiştir. 1970'lerden itibaren, farklı engel gruplarının bir arada yarıştığı etkinlikler yaygınlaşmış ve günümüzde Tokyo 2020'deki karma cinsiyetli 4x100m bayrak yarışı gibi yeniliklerle zenginleşmiştir.

Para atletizmde, sporcuların yarışabilmesi için belirli engel türleri tanımlanmıştır. Bu engel türleri, fiziksel, görsel ve zihinsel durumları kapsayarak, sporcuların performansını etkileyebilecek farklı faktörleri içerir. Örneğin, kas gücü kaybı, eklem hareket açıklığında

kısıtlamalar, bacak uzunluğundaki farklılıklar, uzuv eksiklikleri, görme bozuklukları, zihinsel engeller, boy kısalığı, ataksia (koordinasyon bozukluğu), atetoz (hareket bozukluğu) ve hipertoni (kas sertliği) gibi durumlar, sporcuların sınıflandırılmasında önemli rol oynamaktadır.

Para atletizmin sınıflandırma sistemi, engelli sporcuları performanslarını etkileyecek şekilde benzer gruplara ayırarak adil yarışmalar sunar.

- **Koşma ve Atlamalar (16 sınıf)**

- **T11-13 ve F11-13:** Görme engelli sporcular, görme seviyelerine göre sınıflandırılmıştır (T11/F11: ışık algılamaz, T12/F12: görme alanı çok kısıtlı, T13/F13: az görme).
- **T20/F20:** Zihinsel engeli olan sporcular.
- **T35-38 ve F35-38:** Koordinasyon bozuklukları (hipertoni, ataksia, atetoz) olan sporcular.
- **T40-41 ve F40-41:** Kısa boylu atletler.
- **T42-44 ve F42-44:** Alt uzuv kaybı, bacak uzunluğunda farklılık, kas gücü ve eklem hareket açıklığı bozulmuş atletler.
- **T45-47 ve F45-46:** Üst uzuv kaybı, kas gücü ve eklem hareket açıklığı bozulmuş atletler.

- **Tekerlekli Sandalye Yarışı (7 sınıf)**

- **T32-34:** Koordinasyon bozukluğu olan tekerlekli sandalye sporcuları.
- **T51-54:** Uzuv kaybı, bacak uzunluğu farklılıkları ve kas gücü bozulmuş atletler.

- **Ayakta ve Oturarak Atmalar:**

- **F11-13:** Görme engelli atletler.
- **F20:** Zihinsel engelli atletler.
- **F31-34 ve F51-57:** Koordinasyon bozukluğu ve uzuv kaybı olan atletler.

- **F35-38:** Ayakta atmalar için koordinasyon bozukluğu olan atletler.
- **F40-41 ve F42-46:** Alt ve üst uzuv kaybı olan atletler.

- **Sınıfların Tanımlamaları**

- **Görme Engelli Atletler (T11-13/F11-13):** Görme seviyelerine göre ayrılmıştır.
- **Zihinsel Engelli Atletler (T20/F20):** Zihinsel engeli olan atletler için özel kriterler belirlenmiştir.
- **Koordinasyon Bozukluğu Olan Atletler (T32-34/F31-34):** Hipertoni, ataksia ve atetoz gibi durumlar, atletlerin koordinasyonunu etkiler ve buna göre sınıflandırılır.
- **Uzuv Kaybı Olan Atletler (T42-47/F42-46):** Alt veya üst uzuv kaybı olan sporcular, kayıp derecelerine göre gruplandırılır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Badminton: Para Badminton, Badminton Dünya Federasyonu (BWF) tarafından yönetilmekte olup, uluslararası alanda ilk kez 1998 yılında Hollanda'nın Amersfoort kentinde düzenlenen Dünya Şampiyonası ile kendine yer bulmuştur. Ancak bu spor, 2011 yılına kadar BWF'nin resmi yönetimi altına girmemiştir. 1990'lı yıllardan itibaren hızlı bir gelişim gösteren Para Badminton, zamanla daha fazla ülkenin dikkatini çekmiş ve kurumsallaşarak önemli bir spor dalı haline gelmiştir.

Bugüne kadar toplam 10 Dünya Şampiyonası gerçekleştirilmiştir. Bunlardan biri, 2015 yılında İngiltere'nin Stoke Mandeville kentinde yapılarak 35 ülkeden 232 sporcu katılmıştır. En son şampiyona ise 2019 yılı Ağustos ayında İsviçre'nin Basel şehrinde düzenlenmiştir. Günümüzde Para Badminton, beş kıtada 63 ülkede aktif olarak oynanmakta ve sporcular altı farklı sınıf içerisinde yarışmaktadır. Bu branş, Paralimpik Oyunlar'ındaki ilk resmi yerini Tokyo 2020 Paralimpik Oyunları'nda alarak tarihi bir adım atmıştır.

Para Badminton’da sporcular, engel türü ve düzeylerine göre altı ana sınıfa ayrılmaktadır. Bu sınıflandırma, sporcuların fiziksel yeteneklerine uygun bir rekabet ortamı sağlamak amacıyla uygulanmaktadır. Sınıflar şunlardır:

- **WH1:** Tekerlekli sandalye kullanan ve gövde-bacak fonksiyonları ileri düzeyde kısıtlı olan sporcular,
- **WH2:** Tekerlekli sandalye kullanan, ancak gövde kontrolü daha iyi olan sporcular,
- **SL3:** Alt uzuvlarında ciddi fiziksel yetersizlik bulunan ve ayakta oynayan sporcular,
- **SL4:** Alt uzuvlarında daha hafif düzeyde bozukluk bulunan ayakta sporcular,
- **SU5:** Üst uzuv yetersizliği olan ayakta sporcular,
- **SH6:** Doğumsal ya da gelişimsel nedenlerle boy kısalığı yaşayan ayakta sporcular.

Para Badminton’da kabul edilen engel türleri arasında kas gücünde azalma, eklem hareket açıklığında kısıtlılık, hipertoni, atetoz, ataksi, uzuv eksikliği, bacak uzunluğu farkı ve boy kısalığı gibi durumlar bulunmaktadır. Bu kriterler, sporcuların sınıflandırılmasında temel alınan fiziksel özellikleri yansıtmaktadır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Bocce: Boccia, uzun yıllar boyunca yalnızca bir boş zaman etkinliği olarak görülürken, 1984 yılında New York’ta gerçekleştirilen Paralimpik Oyunları ile rekabete dayalı bir spor dalı olarak tanıtılmıştır. Bu spor, olimpiik karşılığı olmayan nadir Paralimpik dallardan biridir ve bu özelliği yalnızca goalball ile paylaşmaktadır. Boccia’nın uluslararası yönetimi, Boccia Uluslararası Spor Federasyonu (BISFed) tarafından yürütülmektedir.

Başlangıçta sadece serebral palsi tanısı olan bireyler için geliştirilen Boccia, zamanla motor becerileri etkileyen farklı engel gruplarından sporculara da kapılarını açmıştır. Oyuncular, düz bir oyun alanında, renkli toplarını beyaz hedef top olan "jak"a olabildiğince yakınlaştırmayı amaçlar. Sporcular, topları atarak, yuvarlayarak veya yardımcı bir aygıt kullanarak hedefe ulaşmaya çalışırlar. Oyunun amacı, hedef topa en çok sayıda topu en yakın şekilde yerleştirmektir. Maçlar bireysel, çiftler ve takımlar kategorilerinde oynanır; bireysel ve çiftler maçları dört, takım maçları ise altı bölümden oluşur. Her bölümde her sporcu altı

top kullanır. Bölüm sonunda, jak topuna en yakın olan top 1 puan kazandırırken, diğer toplar ise hedefe yakınlıklarına göre ek puanlar kazandırır.

Boccia'da tüm sporcular tekerlekli sandalye kullanmaktadır ve sporcular, engel düzeyleri ve fonksiyonel kapasitelerine göre dört farklı sınıfa ayrılmaktadır. Bu sınıflandırma, sporcunun gövde, kol ve bacak kontrol düzeyine dayanarak yapılmakta, böylece rekabetin adil bir şekilde sürdürülebilmesi amaçlanmaktadır.

- **BC1** sınıfında, bacak, kol ve gövde kaslarında ciddi hareket kısıtlılığı bulunan sporcular yer alır ve genellikle elektrikli tekerlekli sandalye kullanırlar.
- **BC2** sınıfındaki sporcular, BC1'e göre daha iyi kol ve gövde kontrolüne sahiptir; topu hem üstten hem de alttan atabilme yeteneğine sahiptirler.
- **BC3** sınıfı, vücut fonksiyonları ağır şekilde kısıtlı olan ve topu tutamayan veya bırakamayan sporculardan oluşur; bu nedenle rampalı yardımcı cihazlar ve asistan kullanımı gereklidir.
- **BC4** sınıfı ise serebral palsi dışındaki nöromüsküler veya koordinasyon bozuklukları yaşayan sporcuları kapsar ve bu sporcular rampa veya asistan kullanmazlar.

Boccia sporuna katılım için uygun kabul edilen engel türleri arasında kas gücündeki azalma, eklem hareket açıklığındaki kısıtlılık, hipertoni, atetoz, ataksi ve uzuv eksikliği gibi durumlar bulunmaktadır. Bu kriterler, sporcuların sınıflandırılmasında dikkate alınan temel fiziksel faktörlerdir (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Kano: Para Kano, bu yüzyılın başlarında ortaya çıkan genç bir spor dalıdır ve engelli kano yarışmalarına paralel olarak, fiziksel engeli olan bireylerin de bu spordan eşit düzeyde yararlanabilmesini hedeflemektedir. Bu gelişim, sporun yönetiminden sorumlu olan Uluslararası Kano Federasyonu (ICF) ve Uluslararası Va Federasyonu (IVF) tarafından desteklenmiştir.

2009 yılında Para Kano, ICF tarafından düzenlenen Kano Sprint Dünya Şampiyonası'nda ilk kez sahne almıştır. İlerleyen yıl içinde, ilk Para Kano Dünya Şampiyonası gerçekleştirilmiş ve bu süreçte, Çin'in Guangzhou kentinde yapılan IPC Yönetim Kurulu Toplantısı

sonucunda, Para Kano resmi olarak Paralimpik Oyunlar programına dahil edilmiştir. Bu karar sonucunda, spor tarihinde bir ilke imza atılarak fiziksel engelli sporcular, Rio 2016 Paralimpik Oyunları'nda su yarışmalarına katılma fırsatı bulmuştur.

Para Kano, engelsiz kanoyla benzer prensiplere dayanmakta olup, fiziksel engelli sporcuların farklı seviyelerde bu spordan keyif almasını sağlamakta. Yarışmalarda iki farklı tekne türü kullanılmaktadır: kayak (kayak/KL) ve va'a (VL). Kayık, çift kanatlı kürekle; va'a ise tek kanatlı kürekle kullanılan ve dengede kalmayı sağlayan özel bir kano türüdür.

- **Sınıflandırma Sistemi:** Para Kano'da sporcular, fonksiyonel kapasitelerine göre gruplandırılmaktadır. Sınıflandırma, hem kayak (KL) hem de va'a (VL) disiplinlerinde aynı sistemle uygulanmaktadır:
- **KL1 / VL1:** Sadece kol fonksiyonu olan sporcular bu sınıfta yer alır ve gövde ile bacak kontrolü yoktur.
- **KL2 / VL2:** Kollarını ve gövdesini etkin bir şekilde kullanabilen, ancak bacak fonksiyonu kısıtlı olan sporcular bu sınıfta yarışır.
- **KL3 / VL3:** Kolları ve gövdesi tam fonksiyonel; ayrıca bacaklarında kısmi işlevsellik bulunan sporcular bu sınıfta kategorize edilir.

Para Kano'ya katılmak için uygun engel tipleri; kas gücünün zayıflaması, eklem hareket açıklığının kısıtlanması ve uzuv noksanlığını içerir. Bu engeller, sporcuların hareket kabiliyetini ve fiziksel becerilerini etkileyebilir (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Bisiklet: Para Bisiklet, 1984 yılında New York Paralimpik Oyunları'nda gerçekleştirilen yol yarışları ile paralimpik programına dahil olmuştur. 1996 yılında Atlanta Oyunları'nda pist yarışlarının eklenmesiyle branş daha da zenginleşmiş, 2004 Atina Oyunları'nda el bisikleti dalının da dahil edilmesiyle bugünkü formatını almıştır. Atletizm ve yüzmeden sonra, en fazla madalya ve sporcu barındıran branşlar arasında yer alan Para Bisiklet, uluslararası düzeyde büyük ilgi görmektedir.

Bu branş, Uluslararası Bisiklet Birliği (UCI) tarafından yönetilmektedir. Sporcular, yıl boyunca Dünya Kupaları ve bölgesel şampiyonalarda yarışmakta, paralimpik oyunlar ise yol yarışı, zamana karşı yarış ve pist yarışı gibi üç ana kategoriye ayrılmaktadır.

Para Bisiklet branşı, sporcuların engel durumlarına göre dört farklı bisiklet türüne ayrılmaktadır:

- **C Sınıfı:** Standart bisiklet kullanabilen ampute, uzuv kısalığı veya hafif serebral palsi gibi engellere sahip sporcular bu kategoride yarışır. C sınıfı kendi içinde C1, C2, C3 ve C4 olarak dört gruba ayrılmakta ve her biri yol yarışı, zamana karşı yarış ve pist yarışı gibi üç tür etkinlikte yer alabilmektedir.
- **H Sınıfı:** Tekerlekli sandalye kullanan sporcuların yer aldığı bu grup, omurilik zedelenmesi, serebral palsi veya bacak ampute gibi engellere sahip sporcuları kapsamaktadır. H sınıfı ise H1, H2, H3 ve H4 olarak dört alt gruba ayrılmakta ve sporcular farklı pozisyonlarda yarışmaktadır.
- **T Sınıfı:** Denge problemi yaşayan, serebral palsi veya nörolojik engeli bulunan sporcuların üç tekerlekli bisikletle yarıştığı bu kategoride, T1 ve T2 şeklinde iki alt gruba sahiptir. Bu sınıfta yalnızca yol yarışı ve zamana karşı yarış düzenlenmektedir.
- **B Sınıfı:** Görme engelli sporcuların tandem bisiklet ile yarıştığı bu kategori, ön tarafta gören, arka tarafta ise görme engelli sporcu ile yapılandırılmaktadır. B sınıfı, yol yarışı, zamana karşı yarış ve pist yarışı olmak üzere üç farklı yarış türüne sahiptir.

Para Bisiklet, kas gücündeki azamalar, eklem hareket açıklığındaki kısıtlamalar, bacak uzunluğundaki farklılıklar, uzuv noksanlıkları ve görme engeli gibi durumları olan bireyler tarafından gerçekleştirilebilir. Ayrıca, atetoz, hipertoni ve ataksia gibi nörolojik durumlar da spora katılım şartlarını belirleyen önemli faktörlerdendir (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Binicilik: Para Dresaj, 1984 Yaz Paralimpik Oyunları'nda serebral palsi sınıfındaki sporcuların katılımıyla ilk kez Paralimpik programda yer almıştır. 1992 Yaz Paralimpik Oyunları'nda diğer engelli sporcular da bu branşa katılma fırsatı bulmuş, 1996 Yaz

Paralimpik Oyunları'nda ise fiziksel engeli veya görme bozukluğu olan binicilerin aynı takımda yarışması sağlanmıştır.

Bu branşta sporcular, engel atlama, sabit hareketler ve müzik eşliğinde serbest yürüyüş gibi çeşitli yarışmalara katılabilirler. Takım yarışmaları 3 ya da 4 kişilik gruplar halinde gerçekleştirilmektedir. Değerlendirmeler, yarışmacıların at binme becerileri üzerinden yapılır.

Para Dresaj branşı, 5 farklı sınıfa ayrılmakta olup, binicilik karması cinsiyet yarışları arasında yer alır; dolayısıyla cinsiyet sınıflandırması yapılmamaktadır. Uluslararası sınıflama, FEI (Uluslararası Binicilik Federasyonu) tarafından gerçekleştirilmektedir.

- **1. Sınıf:** Serebral palsy ya da omurilik yaralanması olan, ağır engelli biniciler bu sınıfta yer alır.
- **2. Sınıf:** Serebral palsy, omurilik yaralanması ya da amputasyon yaşayan, ancak makul denge ve kontrol sağlayabilen biniciler.
- **3. Sınıf:** Serebral palsy, omurilik yaralanması, amputasyon ya da görme kaybı yaşayan, iyi bir denge, bacak hareketi ve koordinasyona sahip biniciler.
- **4. Sınıf:** Serebral palsy rahatsızlığı olan ve aynı zamanda yürüyebilen omurilik yaralanması ya da amputasyon bulunan biniciler ile görme engelli biniciler.

Fiziksel engeli ya da görme bozukluğu bulunan ya da sınırlı bir görme kaybına sahip biniciler (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Futbol (5 Kişilik): Futbol (5 kişilik), aynı zamanda kör futbolu olarak da bilinen ve görme engelli sporcular için adapte edilmiş bir dal olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu branş, Uluslararası Kör Sporları Federasyonu (IBSA) tarafından yönetilmekte ve 1996 yılından itibaren FIFA'nın modifiye edilmiş kurallarıyla oynanmaktadır. Futbol (5 kişilik) ilk kez Atina 2004 Paralimpik Oyunları'nda sergilenmiş ve o günden bu yana her Paralimpik Oyun'da yer almıştır. Brezilya, bu organizasyonlarda altın madalya kazanma başarısını her defasında göstermiştir.

Dünya Şampiyonaları ise, Paralimpik Oyunları arasında her dört yılda bir gerçekleştirilir. Bu branşta, her takım bir kaleci dışında dört oyuncudan oluşur. İç saha oyuncuları, tamamen kör

(B1 kategorisi) olarak sınıflandırılmalıdır; yani bu sporcuların ya hiç görme yetisi yoktur ya da sadece ışığı algılayamazlar. Kaleci ise görme yetisine sahip olabilir veya kısmen görebilir (B2 veya B3 kategorisi).

Oyun sırasında top, içine yerleştirilmiş bir ses sistemi aracılığıyla ses çıkarır ve bu da oyuncuların pozisyonlarını belirlemelerine yardımcı olur. Maç boyunca izleyicilerin, topun kaleye girmesine kadar sessiz kalması gerekmektedir. Maç süresi 50 dakikadır ve iki 25 dakikalık devre hâlinde oynanır.

Sınıflandırma açısından Futbol (5 kişilik) branşında, görme engeline sahip saha oyuncuları için belirli kurallar geçerlidir. Bu sporda, futbolcuların çok düşük görme yetisine sahip olmaları ya da tamamen kör olmaları (tam körlük veya neredeyse tam körlük) beklenir. Adil bir yarış ortamı sağlamak adına kaleci dışındaki tüm oyuncuların göz siperliği takmaları gerekmektedir.

Takımlar ayrıca saha dışında rehber destek alabilirler. Ancak her takımda, görme yetisi olan ve engelsiz bir vücuda sahip bir kaleci bulunmakla birlikte, kalecinin sınıflandırmaya dahil edilmesi gerekmez (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Goalball: Goalball, Uluslararası Görme Engelliler Sporları Federasyonu (IBSA) tarafından yönetilen ve Paralimpik programında yer alan bir spor dalıdır. 1976 yılında ilk kez Paralimpik Oyunları'nda yer alması ile dikkat çekmiştir. Bu spor, 1946 yılında İkinci Dünya Savaşı sırasında görme yetisini kaybeden gazilere rehabilitasyon amacıyla geliştirilmiştir.

Goalball, yalnızca tamamen kör veya görme engeli olan sporcular tarafından oynanmaktadır. Oyuncular, adil bir yarışma ortamı sağlamak amacıyla opak göz maskeleri takmak zorundadır. Bu, tüm uluslararası sporcuların yasal olarak görme engelli olmasını gerektirir ve sporcular, B1, B2 veya B3 sınıflarına (tamamen kör olarak) dâhil edilirler.

Her takım altı oyuncudan oluşur. Oyunun temel amacı, topu rakip takımın savunmasını geçerek ağlarına atmak ve bu şekilde skor yapmaktır. Oyuncular, savunma yaparken elleri ve dizleri üzerinde dururken, rakiplerine karşı gol atmaya çalışırlar.

Goalball, 1976 yılında Paralimpik Oyunları'na dahil olmuş ve 1984 New York Paralimpik Oyunları'nda kadın sporcular da bu spora dâhil olmaya başlamıştır. İlk Goalball Dünya Şampiyonası ise 1978 yılında Avusturya'nın Vocklamarck kentinde gerçekleştirilmiştir. IBSA, her dört yılda bir Paralimpik Oyunlar arasında Goalball Dünya Şampiyonası düzenlemektedir.

Goalball'da yer alabilmek için sporcuların görme yetisinin %10'dan az olması ya da görüş alanının 40 derece çapına kadar sınırlı olması gerekmektedir. Bu spor, hem görme engelli erkek hem de kadın sporcular tarafından oynanmaktadır; her takım üç oyuncudan oluşur. Takımlar arasında adil bir yarışma sağlamak amacıyla tüm oyuncuların "blackout" adı verilen göz maskeleri takmaları zorunludur (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Judo: Bu branş, yalnızca görme engelli sporculara yöneliktir ve B1, B2 ve B3 sınıflarına göre kategorize edilir. Yarışmalar, sporcuların ağırlık kategorileri doğrultusunda gerçekleştirilir.

Paralimpik Judo, 1988 Seul Paralimpik Oyunları'ndan günümüze dek bu organizasyonda yer alırken, Tokyo 2020 Paralimpik Oyunları ile birlikte Para Taekwondo da eklenmiştir. 2016 Rio Paralimpik Oyunları'nda erkeklerde yedi, kadınlarda altı farklı kilo sınıfı bulunmaktadır:

- **Erkekler:** 60 kg, 66 kg, 73 kg, 81 kg, 90 kg, 100 kg ve +100 kg.
- **Kadınlar:** 48 kg, 52 kg, 57 kg, 63 kg, 70 kg ve +70 kg.

Sporcular, yıl boyunca Dünya Kupaları ve bölgesel şampiyonalar dâhil olmak üzere çeşitli turnuvalara katılmaktadır.

Judo, yalnızca görme engeli olan sporcular için uygun bir branştır. Sporcuların, en az %10 görme yetisine sahip olmamaları ya da 40 derece çapında kısıtlı bir görüş alanına sahip olmaları gerekmektedir.

Sporcuların judo kıyafeti, görme engelli olduklarını belirtmek amacıyla kolunda kırmızı bir çember taşıyan bir işaretle farklılaşır. B1, B2 ve B3 olarak sınıflandırılan sporcular, yarışmalarda ağırlık kategorilerine göre mücadele ederler.

- **B1:** Gözlerden herhangi birinde ışığın algılanamaması veya ışık algılsa bile elin şeklini belirleyememe durumu.
- **B2:** Elin şeklinin 2/60'lık görme derinliği ile ve/veya 5 dereceden daha az bir görme alanı ile algılanabilmesi.
- **B3:** 2/60'lık görsel derinlikten 6/60'lık görsel derinliğe ve/veya 5 dereceden daha fazla ve 20 dereceden daha az görme alanına sahip sporcular.

Judo'da bir yarışmayı kazanmak için sporcuların etkili bir teknikle bir "ippon" (10 puana eşdeğer) gerçekleştirmeleri gerekmektedir. Bu, rakibi sırt üstü düşürerek güç, hız ve kontrol ile başarılır. Ayrıca puan kazanmanın diğer yolları arasında "sarılma", 25 saniye boyunca "hareketsiz hale getirme" ve "kol kenetleme" veya "boynundan yakalama" gibi teslimiyet teknikleri de bulunmaktadır. Eğer uygulanan teknik bir "ippon" değilse, daha düşük puanlarla ödüllendirilir:

- **Wazaari:** 1/2 puan
- **Yuko:** 1/4 puan
- **Koka:** 1/8 puan

Sporculardan hiçbiri maç sonunda "ippon" ile sonlandıramazsa, en yüksek puana sahip olan sporcu galip gelir. Eğer puanlar eşitse, "altın skor" uygulamasına geçilir. Eğer 5 dakikalık süre sonunda hâlâ bir puan alınamazsa, maçın sonucu hakemler tarafından belirlenir (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Halter: Halter, Tokyo 1964 Paralimpik Oyunları'na katılarak tanınmaya başlamış, fakat 1984 yılı itibarıyla resmi olarak bir Paralimpik spor dalı olarak kabul edilmiştir. Başlangıçta yalnızca omurilik hasarı bulunan erkek sporcularla sınırlı olan bu spor, zamanla farklı engel gruplarını da kapsayacak şekilde genişlemiştir. Günümüzde yaklaşık 100 ülkede icra edilen halter, üst göğüs gücüyle gerçekleştirilmekte olup, sporculardan belirli bir teknikle barı kaldırmaları beklenmektedir.

Para halterinde sporcular, 10 farklı ağırlık kategorisi içinde mücadele eder. Erkekler için kategoriler 49 kg'dan +107 kg'a kadar değişirken, kadınlar için bu aralık 41 kg'dan +86 kg'a

kadar uzanmaktadır. Yarışmalar, engelli sporcular arasında gerçekleştirilir ve katılımcılar, çeşitli engel tiplerine sahip olabilirler. Söz konusu engeller arasında kas gücü kaybı, uzuv eksikliği ve bacak uzunluğu farkı gibi durumlar bulunmaktadır.

Para halterinde kabul edilen engel tipleri arasında, kas gücü kaybı, eklem hareket açıklığının kısıtlanması, uzuv eksikliği, bacak uzunluğu farkı, boy kısalığı, hipertoni, ataksia ve atetoz gibi çeşitli durumlar yer almaktadır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Kürek: Para kürek sporu, 2008 Pekin Paralimpik Oyunları'nda resmi olarak Paralimpik programa dahil edilmiştir. Kürekçilerin yarıştığı mesafe genellikle 2,000 metre olup, sporcular sakin sulara, botların uzunluğu ve ekibin büyüklüğüne göre yarışmaktadırlar. Rio 2016 Paralimpik Oyunları'nda öne çıkan yarışlar arasında LTA karma dörtlü (LTAMix4+), TA karma çiftli (TAMix2x), AS kadınlar tekli (ASW1x) ve AS erkekler tekli (ASM1x) yer almıştır.

Para kürek sporu, farklı sınıflara sahip sporcuların katılımına olanak tanır ve yarışlar bu sınıflara göre düzenlenir. Kürekçilerin performansı, bedensel işlevsellik ve engel durumlarına göre sınıflandırılır. FISA tarafından belirlenen üç ana sınıf vardır: PR1, PR2 ve PR3.

- **PR1 Sınıfı:** Minimum gövde fonksiyonuna sahip veya hiç fonksiyonu bulunmayan ve kol ve omuz fonksiyonlarıyla tekneyi harekete geçiren kürekçiler için geçerlidir.
- **PR2 Sınıfı:** Kolları ve gövdesini fonksiyonel olarak kullanabilen ancak bacak fonksiyonu olmayan kürekçilere yöneliktir.
- **PR3 Sınıfı:** Bacak fonksiyonlarına sahip olan ancak daha az fonksiyona sahip kürekçilerle birlikte görme engeli bulunan sporcuları da kapsar.

FISA, engelli kürekçilerin yarışabilmesi için bu sınıfların belirlenmesinde ve yarışmalara katılımlarında sorumlu olup, kürekçilerin engel durumuna göre sınıflandırılmaları gerektiği belirtilmiştir (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Atıcılık: Para atış sporu, Paralimpik Oyunlar'da kesinlik ve kontrol gerektiren en zorlu disiplinlerden biridir. 1976 yılından bu yana bu organizasyonda yer alan spor, tüfek, tabanca

ve kapan gibi alanlarda engelli sporculara çeşitli fırsatlar sunmaktadır. Günümüzde 75'ten fazla ülkede uygulanan para atış sporu, sporcuların kalp atışlarını yavaşlatarak odaklanma ve nefes kontrolü ile yüksek performans sergilemelerini sağlıyor.

Sporun yarışmaları 10, 25 ve 50 metre mesafelerde düzenlenir ve katılımcılar kadınlar, erkekler ve karma kategorilerinde yarışma şansı bulurlar. Toplamda 13 farklı Paralimpik atış etkinliği bulunmaktadır; bunlardan yedisi hem kadınlara hem erkeklere açıktır, üçü yalnızca kadınlar ve üçü yalnızca erkekler için tayin edilmiştir.

Son yıllarda Dünya Para Atış Spor, görme engellilere (VI) yönelik para tuzak disiplini ile yeni kategoriler eklemiştir. Bu spor, IPC ve Dünya Para Atış Spor Teknik Komitesi tarafından koordine bir şekilde yönetilmekte ve Uluslararası Atış Sporları Federasyonu (ISSF) kurallarına dayanmaktadır. 2010 yılında IPC ve ISSF, para atış sporunun gelişimini ilerletmek amacıyla bir Mutabakat Sözleşmesi imzalayarak birlikte çalışmaya devam etmiştir.

Para atış sporunda, sporcuların fiziksel engellerine göre farklı sınıflandırmalar yapılmaktadır ve bu sınıflandırmalar, yarışmalarda adil bir ortam oluşturmayı amaçlamaktadır. Para atış sporunda yedi farklı sınıf bulunmaktadır:

- **SH1 (Tabanca):** Üst ve/veya alt uzuv engelleri olan sporcular tabanca atışlarında bu sınıfta yarışır.
- **SH1 (Tüfek):** Alt uzvunda engeli bulunan sporcular tüfek atışları yaparlar.
- **SH2 (Tüfek):** Tüfeği destekleme ihtiyacı olan, üst uzuv engelleri bulunan sporcular için geçerli olan bu sınıf, yalnızca tüfek atışlarına özeldir.
- **SG-S (Trap):** Denge ve/veya vücut sabitliği zayıf olan sporcular tekerlekli sandalyede yarışırken, alt uzuvlarında engel olmasına rağmen üst uzuvlarının fonksiyonları sınırlanmaz.
- **SG-L (Trap):** İyi denge ve vücut fonksiyonuna sahip, alt uzuv engeli bulunan ama üst uzuvlarının fonksiyonu kısıtlı olmayan sporcular bu sınıfta yer alır ve ayakta yarışır.
- **SG-U (Trap):** Ayakta yarışan ve denge konusunda başarılı olan, atış yapmadıkları kollarında engel bulunan sporcular bu gruptadır.

- **SH-VI (Tüfek):** Görme engelli sporcular, tüfek atışlarında bu sınıflandırma içinde yer alır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Oturarak Voleybol: Oturarak Voleybol, paralimpik sporlar arasında yer alan ve sürekli hareket, iletişim ve canlılık gerektiren dinamik bir takım oyunudur. Bu oyunda, her biri 6 kişiden oluşan iki takım, ortalarındaki fileyi aşarak topları rakip takımın sahasına düşürmeye çalışır. Ayakta oynanan voleybol ile birçok benzer yönü olan Oturarak Voleybol, özellikle oyun kuralları ve oyuncu pozisyonları açısından farklılıklar gösterir.

Ayakta voleybolda yüksek bir file kullanılırken, Oturarak Voleybol'da file daha alçaktır ve saha ölçüleri de daha küçüktür. Ancak en önemli fark, oyuncuların oturma pozisyonunda oyun oynamasıdır. Oyuncuların kalça bölgelerinin her zaman zeminle temas halinde olması gerekmekte olup, servise, blok yapmaya ve ataklara izin verilmektedir.

Oturarak Voleybol, erkekler için ilk defa 1980 Paralimpik Oyunları'nda yer alırken, kadınların bu sporu deneyimlemesi 2004 Paralimpik Oyunları ile mümkün olmuştur. Bu sporun yönetimi, Dünya Para Voleybol Federasyonu tarafından üstlenilmektedir.

Oturarak Voleybol 'da sporcular, engel türüne göre iki ana sınıfa ayrılmaktadır: VS1 ve VS2. Bu sınıflandırma, sporcuların fonksiyonel seviyelerine göre belirlenir ve engel durumlarına bağlı olarak oyuncular uygun sınıflara yerleştirilir.

- **VS1:** Bu sınıf, daha ciddi engellere sahip sporcuları kapsamaktadır. Genellikle bu sporcuların bir veya daha fazla uzuv kaybı, kas gücü kaybı ya da eklem hareket açıklığı sorunları bulunmaktadır.
- **VS2:** Bu sınıf, daha az engeli olan sporcuları içerir. Genelde bu sporcuların engel durumları, kas gücü kaybı, ataksia veya uzuv noksanlığı gibi durumlardan oluşur.

Oturarak Voleybol'da engelin şiddeti ve fonksiyonel etkilerine göre sınıflandırma yapılmakta ve VS2 sınıfında en fazla iki sporcu aynı takımda yer alabilmektedir.

Oturarak Voleybol için uygun engel tipleri arasında kas gücünün etkilenmesi, atetoz, eklem hareket açıklığının etkilenmesi, hipertoni, uzuv noksanlığı, ataksia ve bacak uzunluğunda farklılık yer almaktadır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Yüzme: Dünya Para Yüzme, Paralimpik sporlar arasında önemli bir konuma sahiptir ve engelli bireylerin yüzme becerilerini sergilemelerine imkan tanımaktadır. 2017 yılında gerçekleştirilen bir inceleme ile Dünya Para Yüzme, fiziksel ve görsel engeller için sınıflandırma sistemlerini geliştirmiştir. Bu sınıflandırmalar, 2015 IPC Sporcu Klasifikasyon Kodu ile uyum sağlayarak önceki araştırmaları genişletmiştir.

Dünya Para Yüzmenin vizyonu, sporcuların potansiyellerini en üst düzeye çıkarmak ve onları cesaretlendirmektir. Misyonu ise uzun vadeli yarış takvimleri oluşturmak ve katılımları artırarak sporcuları motive etmektir. Para Yüzme, dünya çapında yaklaşık 100 ülkede icra edilmekte olup, Paralimpik Oyunlar 'da her zaman yer almaktadır. İlk kez 1960 Roma Paralimpik Oyunları'nda 15 ülkeden 77 yüzücü yarışmış ve sadece 50 metrelik mesafede yarışlar düzenlenmiştir.

Dünya Para Yüzme, Uluslararası Paralimpik Komitesi (IPC) tarafından yönetilmektedir ve Bonn, Almanya'daki merkezi ile faaliyet göstermektedir. Bu spor, tüm engel türleri için uygun sporculara açıktır; yarışlar ise sırtüstü, kurbağalama, kelebek, serbest, karışık ve röle stillerinde yapılmaktadır. Katılım fırsatları, dört yılda bir düzenlenen Paralimpik Oyunları, her iki yılda bir gerçekleştirilen Dünya Şampiyonaları ve diğer şampiyonalarla sağlanmaktadır.

Para Yüzme, Olimpiyat Oyunlarında geçerli kurallara benzer bir şekilde, Uluslararası Yüzme Federasyonu (FINA) kurallarına uymaktadır. 1960 Roma Paralimpik Oyunları'nda 77 sporcu ortamda bulunmuş ve zamanla bu spor dalında önemli bir büyüme yaşanmıştır. 1976 Toronto Paralimpik Oyunları, ampute ve görme engelli sporcuların da katılımıyla Para Yüzme'yi daha da zenginleştirmiştir.

Para Yüzme'de, adil yarışmaların sağlanabilmesi için sporcular engel türlerine göre sınıflandırılmaktadır. Bu sınıflama, engelin spordaki etkisini en aza indirmeyi hedeflemektedir. Engelin spor üzerindeki etkisi kanıtlanmalı ve yalnızca engeli bulunan bir sporcunun yarışması yeterli olmayacaktır.

Dünya Para Yüzme'de, sporcular fiziksel, zihinsel ve görsel engellere göre sınıflandırılmaktadır. Sınıflandırmalar şu şekildedir:

Fiziksel Engeller: 1-10 arasında numaralandırılan spor sınıfları bulunmaktadır. Numara ne kadar düşerse, engel o kadar büyük ve kısıtlayıcıdır. Bu sınıflar S (Serbest, Kelebek, Sırtüstü), SB (Kurbağalama) ve SM (Bireysel Karışık Yüzme) stillerinde yarışan sporcular için geçerlidir.

- **Görme Engeli:** Görme engelli sporcular, üç sınıfta yarışmaktadır:
 - **S/SB11:** Çok düşük görme yeteneği veya ışığa duyarsızlık.
 - **S/SB12:** S/SB11'den daha yüksek görme yeteneğine sahip olanlar.
 - **S/SB13:** Paralimpik sporlar için en düşük görme engeli seviyesine sahip sporcular.

S/SB11 sınıfındaki sporcular, yarış anında karartma maskesi takarak ve 'tapper' kullanarak yarışmaktadırlar. S/SB12 ve S/SB13 sınıfındaki sporcular ise 'tapper' kullanma konusunda kendi tercihlerini yapabilirler.

- **Zihinsel Engelliler:** Zihinsel engelliler için ise S/SB14 sınıfı mevcuttur. Bu sınıftaki sporcular, yol belirleme, düzgün ilerleme, hafıza ya da tepki süresi gibi çeşitli zorluklarla karşılaşmaktadır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Masa Tenisi: Uluslararası Masa Tenisi Federasyonu (ITTF) tarafından yönetilen Para Masa Tenisi, Roma 1960 Paralimpik Oyunları'ndan bu yana her Paralimpik Oyun'da yer alarak dünya genelinde geniş bir katılımcı kitlesine ulaşmıştır. Halihazırda 40 milyonun üzerinde sporcu ve milyonlarca hobi amaçlı oyuncu bu sporu oynamaktadır. Para Masa Tenisi, sporcu sayısı bakımından Paralimpik sporlar arasında üçüncü sırada yer almakta ve 100'ün üzerinde ülkede yaygın olarak icra edilmektedir. Bu spor, Uluslararası Masa Tenisi Federasyonu (ITTF) ve Uluslararası Para Masa Tenisi Komitesi (IPTTF) aracılığıyla yönetilmektedir.

Para Masa Tenisi'nin Temel Özellikleri: Para Masa Tenisi, görme engeli olmayan tüm fiziksel engeli olan sporcular için uygundur. Sporcular, ayakta veya oturarak yarışabilecekleri sınıflara ayrılmaktadır. Ayrıca zihinsel engelli sporcular da bu sporda yer alabilmektedir.

Sporcular bireysel olarak, kadınlar ve erkekler ayrı olarak, çiftler veya takım şeklinde yarışabilirler.

Maçlar, 11 puan üzerinden oynanır ve toplamda 5 setten oluşur. Maçta 5 setin 3'ünü kazanan oyuncu veya takım galip gelir.

Para Masa Tenisi, fiziksel engelli sporcular için bir sınıflandırma sistemi kullanmaktadır. Bu sınıflandırmalar, sporcuların fiziksel durumuna göre belirlenir ve şu şekilde gruplandırılmıştır:

- **Tekerlekli Sandalye (TT1-5):** Bu sınıflar, tekerlekli sandalye kullanan sporcular için geçerlidir.
- **TT1-TT5:** Sporcunun oturuş pozisyonu ve el fonksiyonlarına göre sınıflandırılmaktadır.
- **Ayakta (TT6-10):** Bu sınıflar, ayakta yarışabilen sporculara yöneliktir.
- **TT6-TT10:** Bu gruptaki sporcular, ayakta durabilen ve el fonksiyonlarını kullanabilen atletlerdir.
- **Zihinsel Engelli (TT11):** TT11 sınıfı, zihinsel engelli sporcular için ayrılmıştır ve INAS/FID/IPC tanımına göre belirlenen zihinsel engelli atletleri kapsamaktadır.

Sporcular, sınıflarına göre belirli kurallara tabi olur ve engellerinin spordaki etkisi göz önünde bulundurularak adil yarışmalar sağlanır. Tekerlekli sandalye ve ayakta yarışan sporcuların sınıflandırması, sporcunun oturma/ayakta durma dengesi ve el fonksiyonlarına bağlı olarak yapılır.

Para Masa Tenisi, engelli sporcuların becerilerini en üst düzeye çıkarabilmeleri için, engelin spordaki etkisini minimize etmeye yönelik bir sınıflandırma sistemine dayanır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Tekvando: Dünya Taekwondo (WT), Taekwondo sporunun uluslararası düzeydeki yönetim organıdır ve Uluslararası Paralimpik Komite (IPC) üyesidir. Taekwondo, 2015 yılında IPC tarafından tam üye olarak kabul edilmiş ve ilk Paralimpik gösterisini Tokyo 2020'de gerçekleştirmiştir. Dünya Taekwondo, 2005'te Para Taekwondo'yu geliştirmeye başlamış ve 2013 yılından itibaren tüm engelli sporcular için poomsae (dövüş sporu formları) yarış formatını uygulamaya koymuştur. Paralimpik Oyunları'nda sporcular, kyorugi (sparring) disiplininde, bacak engellilerine ve kol amputasyonu olan yarışmacılara yer vererek mücadele etmektedir.

2009 yılında ilk WTF Para Taekwondo Dünya Şampiyonası, Bakü, Azerbaycan'da düzenlenmiştir. 2019 yılında Antalya, Türkiye'de gerçekleştirilen sekizinci şampiyona ise en geniş katılımlı organizasyon olma özelliğini taşımaktadır. Bu etkinlikte 69 ülkeden yaklaşık 400 sporcu mücadele etmiş ve yedi yeni ülke ilk kez temsil edilmiştir: Ürdün, Suudi Arabistan, Senegal, Slovakya, İsviçre, Tanzanya ve Uganda.

Para Taekwondo, sporcuların engel türü ve derecesine göre sınıflandırılmaktadır. Tokyo 2020 Paralimpik Oyunları'nda sadece K43 ve K44 sınıflarındaki sporcular yarışacaktır.

- **K43:** Bu sınıf, dirseğin altında çift ampute olan ya da her iki üst bacağında eşit derecede fonksiyon kaybı bulunan sporcuları kapsamaktadır.
- **K44:** Tek taraflı kol ampute olan, eşit derecede fonksiyon kaybı yaşayan veya topukları düzgün yükseltme yeteneğini etkileyen tırnak kaybı yaşayan sporcular bu sınıf içerisinde yer almaktadır.

Her iki sınıf için de erkek ve kadın kategorilerinde üç farklı ağırlık sınıfı bulunmaktadır. Bu sınıflandırma, sporcuların engellerine göre adil bir yarışma ortamı sunmayı amaçlamaktadır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Triatlon: Paratriatlon, fiziksel engelli sporcular için triatlonun özel bir versiyonudur ve Uluslararası Triatlon Birliği (ITU) tarafından denetlenmektedir. Paratriatlon, ilk defa 2016 Paralimpik Yaz Oyunları'nda Brezilya'nın Rio de Janeiro kentinde bir Paralimpik etkinlik olarak sahne almıştır. Bu spor dalı, 750 metrelik yüzme, 20 kilometrelik bisiklet yarışı ve 5 kilometrelik koşu olmak üzere üç temel disiplin içermektedir.

Sporcular, bisiklet bölümünde el bisikleti, bir rehberle birlikte ikili bisiklet veya standart bisiklet kullanma seçeneklerine sahiptir. Tekerlekli sandalye kullanan sporcular ise koşu bölümüne katılabilirler. Yarışmalar, sporcuların fiziksel yeterliliklerine göre belirli kategoriler altında düzenlenmektedir.

Paratriatlon, dokuz farklı spor sınıfını içermektedir ve her sınıf, belirli engellere göre tanımlanmıştır:

PTWC 1-2: Bu sınıf, alt ve/veya üst bacaklarında güç kaybı olan, bisiklet bölümünde el bisikleti kullanan ve koşu bölümünde yarış sandalyesi kullanan sporcuları kapsamaktadır.

PTWC1: Üst bacakları etkileyen engellere sahip sporcular.

PTWC2: Alt bacakları etkileyen engellere sahip sporcular.

PT 2-5: Bu sınıf, alt ve/veya üst bacaklarında güç kaybı yaşayan sporcuları içermektedir. Bu kategorideki sporcular, standart bisiklet ve koşu alanlarında yarışır.

Düşük sınıf numarası, daha fazla güç kaybını göstermektedir. Sporcular, protez bacaklar ve/veya bisiklet modifikasyonları gibi yardımcı ekipmanlar kullanma hakkına sahiptir.

PTVI 1-3: Bu sınıf, görme engeli olan sporcuları kapsar. Görme kaybının şiddeti ve görme alanına göre üç alt sınıfa ayrılmaktadır:

PTVI1: Şiddetli görme kaybı olan sporcular.

PTVI2: Orta seviyede görme kaybı olan sporcular.

PTVI3: Hafif görme kaybı olan sporcular.

PTWC ve PTVI sınıflarındaki sporcular, her bir spor sınıfına özgü aralıklı başlangıç sistemi ile yarışmakta ve bazı sınıflar birleşik kategorilerde bir arada mücadele edebilmektedir (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Tekerlekli Sandalye Basketbol: Tekerlekli Sandalye Basketbolu, 2. Dünya Savaşı gazileri tarafından Amerika'da 1945-1946 yıllarında geliştirilmiş bir spor dalıdır. Bu sporu hayata geçirenlerin çoğu, daha önce engelsiz basketbol oynamış ve spora devam etmek isteyen eski

oyunculardır. Basit adaptasyonlar ve kural değişiklikleri sayesinde, tekerlekli sandalye basketbolu Amerika'da ve dünya genelinde hızla popülerlik kazanmıştır. Bu sporun uluslararası düzeydeki yönetim organı ise Uluslararası Tekerlekli Sandalye Basketbol Federasyonu (IWBF)'dir.

Tekerlekli Sandalye Basketbolu'nun temel amacı, rakip takımın potasına en fazla sayıyı atarak en yüksek skoru elde etmek ve karşı tarafın topa sahip olmasını engellemektir. Oyun süresi sona erdiğinde en yüksek skoru elde eden takım, maçı kazanmış olur. Bu spor, engelsiz basketbolun bir uyarlaması olarak benzer kurallara sahiptir.

Tekerlekli Sandalye Basketbolu'ndaki oyuncular, 1 ile 4.5 arasında değişen puanlarla sınıflandırılır. Her bir oyuncuya, fonksiyonel yeteneklerine bağlı olarak 0. 5 ile 4.5 arasında bir puan değeri atanmaktadır.

- **Gövde Kontrolü ve Oturma Dengesi:** Oyuncular arasındaki en önemli farklılık, topu yakalama, pas atma ve uzanma yeteneklerini etkileyen gövde kontrolü ve oturma dengesidir. Puanlar azaldıkça, oyuncunun yeteneklerinde daha fazla kısıtlama bulunmaktadır.
- **Puan Değeri:** Oyuncuların puanı, fonksiyonel becerilerine dayalı olarak belirlenir. Ağır engelli sporcular daha düşük puan alırken, daha az engeli olan sporcular daha yüksek puan elde eder.
- **Oyun Kuralları:** Tekerlekli Sandalye Basketbolu, 5'er kişilik iki takım arasında oynanır. Her takım, sahada bulunan 5 oyuncunun toplam puan değerinin 14'ü geçmemesine dikkat etmelidir.

Tekerlekli Sandalye Basketbolu hem erkek hem de kadın sporculara açıktır ve engel durumlarına göre takım oyuncularının görev ve sorumlulukları belirlenmektedir (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Tekerlekli Sandalye Eskrim: Tekerlekli Sandalye Eskrim, Sir Ludwig Guttman tarafından geliştirilen ve 1960 Roma Paralimpik Oyunları ile dünya genelinde tanıtılan bir spor dalıdır. Guttman, Stoke Mandeville Hastanesi'nde bu sporu ortaya koyarak, engelli bireylerin spora katılımını teşvik etmeyi amaçlamıştır. Tekerlekli Sandalye Eskrim, amputasyon, omurilik yaralanmaları ve serebral palsi gibi durumları olan kadın ve erkek sporcular için uygun bir

yarışma platformudur. Sporcular, flöre (hem kadınlar hem de erkekler için) ve epe (erkekler için) kategorilerinde yarışma imkanı bulurlar. Yarışma sırasında, sporcuların tekerlekli sandalyeleri zeminle sürekli temas halinde olmalıdır.

Bu sporun uluslararası yönetim organı Uluslararası Tekerlekli Sandalye ve Ampute Sporları Federasyonu (IWAS)'dır.

Tekerlekli Sandalye Eskriminde, tüm sporcuların bacaklarında ve ayaklarında engeller bulunmaktadır. Yarışmalar, tekerlekli sandalyelerle gerçekleştirilir.

- **A Kategorisi:** Bu gruptaki eskrimciler, gövde kontrollerini başarıyla sağlamakta ve daha az sınırlamalara sahip olmaktadır. Genellikle daha fazla hareket kabiliyetine sahip olan sporculardan oluşur.
- **B Kategorisi:** Bu kategori, gövde veya eskrim kollarında engelleri bulunan sporcuları kapsamaktadır ve bu durum hareket kabiliyetlerini kısıtlayabilir (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Tekerlekli Sandalye Ragbi: Tekerlekli Sandalye Ragbi, 1970'li yıllarda Kanada'da kuadriplejik sporcuların girişimiyle ortaya çıkan ve teknik yapısında basketbol ile hentbolun dinamiklerini harmanlayan bir spor dalıdır. Uluslararası arenada ilk kez Atlanta 1996 Paralimpik Oyunları'nda gösteri sporu olarak sahneye çıkan branş, Sydney 2000 Oyunları itibarıyla resmi madalya mücadelesi verilen bir disiplin statüsü kazanmıştır.

Karma cinsiyet yapısına sahip bir takım sporu olan Tekerlekli Sandalye Ragbi'de, sporcuların müsabaka koşullarına özel olarak tasarlanmış manuel tekerlekli sandalyeler kullanması gerekmektedir. Spora katılım için sporcuların uluslararası düzeyde belirlenen asgari engel kriterlerini taşımaları ve klasifikasyon kurallarına uygun bulunmaları zorunludur. Günümüzde Uluslararası Tekerlekli Sandalye Ragbi Federasyonu (IWRF) yönetiminde faaliyet gösteren bu branş, dünya genelinde 28 ülkenin uluslararası sıralamada yer aldığı, 10'dan fazla ülkede ise ulusal gelişim programlarının sürdüğü küresel bir yaygınlığa ulaşmıştır.

Klasifikasyon: Bu branşta sınıflandırma sistemi, sporcuların top hâkimiyeti (yakalama, pas verme, taşıma) ve sandalye manevra kabiliyeti (hızlanma, durma, dönüş, bloklama) gibi

temel oyun becerilerinin, üst ve alt ekstremite fonksiyonlarındaki kısıtlılıklardan ne düzeyde etkilendiği analiz edilerek yapılır.

Sporcular, fonksiyonel kapasitelerine göre 0.5 (en yüksek kısıtlılık) ile 3.5 (en düşük kısıtlılık) arasında değişen puanlarla sınıflandırılır. Müsabaka esnasında takımlar arası rekabet dengesini korumak adına, sahada bulunan bir takıma ait oyuncuların toplam klasifikasyon puanının 8.0'ı aşmaması kuralı uygulanmaktadır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Tekerlekli Sandalye Tenis: Tekerlekli Sandalye Tenisi, Amerikalı eski serbest stil kayakçısı Brad Parks tarafından 1976 yılında geliştirilmiştir. Bu spor, 1980'li yıllarda Fransa'nın önde gelen bir tekerlekli sandalye tenis programı oluşturmasıyla Avrupa'da gelişim göstermeye başlamış ve 1992 Barcelona Paralimpik Oyunları'nda ilk kez sahneye çıkmıştır.

Günümüzde, Tekerlekli Sandalye Tenisi, dünya genelinde en hızlı büyüyen tekerlekli sandalye sporlarından biridir ve engelleri kaldıran bir versiyonu ile tamamen uyumludur. Sporcular, Erkekler, Kadınlar ve Dörtlüler kategorilerinde mücadele ederken, her bir kategoride tekler ve çiftler turnuvaları da düzenlenmektedir. Sporcular, Grand Slam turnuvalarının yanı sıra, Avustralya Açık, Roland Garros, Wimbledon ve Amerika Açık gibi prestijli organizasyonlara katılma fırsatı bulmaktadır.

Bu sporun uluslararası düzeydeki yönetim organı, Uluslararası Tenis Federasyonu (ITF)'dir.

Tekerlekli Sandalye Tenisi'nde iki ana sınıf bulunmaktadır:

- **Açık Sınıf:** Bir veya iki bacağında kalıcı engeli olan ancak normal kol fonksiyonlarına sahip sporcular bu sınıfta yarışmaktadır.
- **Dörtlü (Kvad) Sınıfı:** Oynadıkları kollarıyla raketi tutarken ve tekerlekli sandalyeye yön verirken ek engelleri bulunan sporcular için bu sınıf uygulanır. Kvad sınıfına katılabilmek için oyuncunun üç ya da daha fazla uzvunu kaybetmiş olması gerekmektedir.

Oyun Kuralları: Sporcular, sahanın ortasında bulunan fileye doğru tenis topunu bir raketle ileri geri vurarak oynarlar.

Amaç, topu filenin üzerinden geçirerek rakibin sahanın diğer tarafına düşürmektir.

Tekerlekli sandalye tenisinde saha ölçüleri, raketler veya tenis toplarında herhangi bir değişiklik yapılmamaktadır.

Oyunun özgünlüğü, özel tasarlanmış tekerlekli sandalyeler ve iki kere sektirme kuralı ile sağlanır. Bu kural, topun iki kez sektirilmesine izin verir ve topun üçüncü sektirmeden önce rakip sahaya ulaşması gerekir.

Tekerlekli sandalye, sporcunun vücudunun bir parçası olarak değerlendirilir; bu nedenle, sporcunun vücuduna uygulanan kurallar, sandalye için de geçerlidir.

Maç Kuralları: 3 setlik bir maçta, 2 set kazanan oyuncu veya takım maçı kazanır.

Bir seti kazanmak için oyuncu veya takımın 6 oyun kazanması gerekmektedir (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Tırmanış: Para Tırmanışı, engelli sporcular için özel olarak gerçekleştirilen Spor Tırmanışdır. Bu spor dalında, katılımcılar benzer engellere sahip olanların aynı kategoride yarışabilmesi amacıyla, engellilik durumlarına göre belirli bir Spor Sınıfına yerleştirilir.

IFSC, 2006 yılında Rusya'nın Ekaterinburg şehrinde dört ulusal federasyondan gelen sporcuların katıldığı ilk uluslararası etkinliğe ev sahipliği yapmaktadır. Son yıllarda bu hareket geniş bir gelişim gösterdi; 2010'dan itibaren IFSC programına düzenli olarak yeni bir sezon eklenmiş olup, Temmuz 2011 itibarıyla IFSC Para Tırmanma Dünya Şampiyonası düzenlenmeye başlamıştır. IFSC Para Tırmanma Dünya Şampiyonalarının, IFSC Tırmanma Dünya Şampiyonası ile birlikte yapılması ve engelli sporcuların diğer sporcularla aynı arenada yer alması adeta bir gelenek haline gelmiştir. Para Tırmanışı topluluğunun hızlı bir şekilde büyümesinden ve organizasyonlardaki artan standartlardan gururlanan IFSC, sporculara yönelik organizasyonları ve sunulan desteği artırmaya ve güçlendirmeye kendini adanmıştır.

2017 yılında, Uluslararası Paralimpik Komitesi (IPC), IFSC'ye Tanınmış Uluslararası Federasyon olma statüsü vermiştir.

Ekim 2018'de, sporu daha ileriye taşımak amacıyla bir proje hazırlandı. Bu proje, Japonya'nın Tokyo şehrinde gerçekleştirilen 2019 IFSC Genel Kurulu'nda oybirliğiyle kabul edildi ve Para Tırmanışı ile onun canlı, kararlı ve istekli topluluğu için yeni bir dönemin resmi başlangıcını duyurdu (International Federation of Sport Climbing, t.y.).

2.6.2.2. Kış Sporları

Para Alp Disiplini: Para Alp Kayağı, köklerini İkinci Dünya Savaşı'na kadar uzanan bir spor dalıdır ve engelli sporcular için alp kayağına adapte edilmiştir. Engelli askerlerin azmi ile geliştirilmiş bu spor, özellikle Almanya ve Avusturya'daki engelli askerler arasında büyük bir popülerite kazanmıştır. Franz Wendel, Sepp “Peppi” Zwicknagel, Ludwig Guttman ve Gretchen Fraser gibi önemli isimler, para alp kayağının gelişiminde kritik roller üstlenmişlerdir. 1969 yılında Jean Eymere, görme kaybı yaşamadan önce kör kayakçılar için Aspen, Colorado'da bir kayak programı başlatarak, para alp kayağının evrimi için önemli bir adım atmıştır.

1976 Kış Paralimpik Oyunları, para alp kayağının resmi olarak yer aldığı ilk organizasyon olmuştur.

Uluslararası Para-Alp Kayağı etkinlikleri arasında Kış Paralimpik Oyunları, Dünya Şampiyonaları, Dünya Kupaları ve IPC Para-Snowboard gibi önemli organizasyonlar bulunmaktadır. Bu spor, Uluslararası Paralimpik Komitesi (IPC) tarafından yönetilmekte ve Dünya Para Alp Kayağı Federasyonu tarafından koordine edilmektedir.

Klasifikasyon sistemi, para alp kayağı yarışmalarının adil ve eşit bir şekilde gerçekleştirilmesi açısından büyük önem taşımaktadır. Bu spor dalında üç ana sınıflandırma bulunmaktadır: ayakta kayak, görme engelli kayakçılar ve oturarak kayak. Engellerin etkilerini minimize etmek amacıyla, sınıflandırma her sporcunun fonksiyonel seviyesine göre belirlenmektedir. Aşağıda bu sınıflandırmalar detaylı bir şekilde açıklanmıştır.

- **Spor Sınıfları LW 1-9:** Ayakta Kayma
- **Spor Sınıfı LW 1:** Her iki bacağı ciddi şekilde etkileyen engelli sporcular.
Örnek: Her iki bacağında diz üstü amputasyon olanlar.

- **Spor Sınıfı LW 2:** Tek bacağında belirgin engeli bulunan sporcular. Örnek: Tek bacakla kayak yapabilen bireyler.
- **Spor Sınıfı LW 3:** Her iki bacağında hafif engeli bulunan sporcular. İki kayak ve protez ile kaymaktadırlar.
- **Spor Sınıfı LW 4:** Tek bacakta engeli olan, ancak aktivite kısıtlaması daha az olan sporcular.
- **Spor Sınıfı LW 5/7:** Her iki kolda engeli bulunan sporcular, bu sınıfta yarışanlar kayak batonları kullanmadan yarışır.
- **Spor Sınıfı LW 6/8:** Bir kolda engeli olan sporcular, yalnızca bir kayak batonuyla yarışır.
- **Spor Sınıfı LW 9:** Hem kollarında hem de bacaklarında engeli bulunan sporcular. Bu sınıftaki bireyler bazen spastisite ya da vücutlarının bir tarafında kontrol kaybı yaşayabilirler.
- **Spor Sınıfları LW 10-12: Oturarak Kayma**
- **Spor Sınıfı LW 10:** Omurilik yaralanmaları ya da açık omurga durumu nedeniyle vücut sabitliği az olan sporcular, kollarından güç alarak kayak yaparlar.
- **Spor Sınıfı LW 11:** Üst gövde becerileri güçlü, ancak alt gövde ve kalça kontrolü sınırlı olan sporcular.
- **Spor Sınıfı LW 12:** Normal ya da hafif derecede düşük alt gövde fonksiyonu ve bacak engelleri bulunan sporcular.
- **Spor Sınıfları B1-3: Görme Engelli Kayakçılar**
- **Spor Sınıfı B1:** Bu sınıftaki sporcular, tam körlük veya çok düşük görme yetisine sahiptir. 25 cm mesafeden “E” harfini algılayamayan sporcular B1 sınıfında yer alır ve yarışma süresince göz siperi kullanmaları zorunludur.
- **Spor Sınıfı B2:** B1 sınıfından daha iyi bir görme yetisine sahip olan bu sporcular, ancak 4 metre mesafeden “E” harfini algılayamayan bireyleri kapsamaktadır.
- **Spor Sınıfı B3:** Bu sınıfta yer alan sporcular, en hafif görme engeline sahip olanlardır; görme alanları 40 derece çapından daha dar olabilir.

Görme engelli sporcular, bir rehber eşliğinde kayar. Rehber, sporcuyu sesli olarak yönlendirerek pist boyunca doğru yolda kalmasını sağlar (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Biatlon: Para Biatlon, fiziksel engeli veya görme engeli bulunan sporculara biatlonun uyum sağladığı bir branş olarak ortaya çıkmıştır. Bu branшта, engelli sporcular çeşitli spor sınıflarına ayrılarak yarışmalara katılabilirler. Para Biatlon, Dünya Para Kuzey Disiplini Teknik Komitesi ile iş birliği yaparak ve Uluslararası Biatlon Birliği (IBU) tarafından düzenlenen kurallar çerçevesinde, Uluslararası Paralimpik Komite (IPC) tarafından yönetilmektedir.

Para Biatlon, fiziksel engelli sporcular için 1988 Kış Paralimpik Oyunları'na dahil edilmiş ve 1992 yılında görme engelli sporcular için de uygun hale getirilmiştir. Yarışmalar, sporcuların 2. 0 veya 2. 5 kilometrelik parkuru serbest stil kayarak, toplamda 6 ile 15 kilometre arasında kaymalarıyla gerçekleştirilir. Para Biatlon, kış paralimpik oyunlarında yer alan Kuzey Disiplini'nin iki branşından biri olup, diğer branş olan kros kayağı ile birlikte icra edilir.

Görme engelli sporcular, hedefi lazer ışını ile vuran ve hedefe ulaşma oranını bildiren ses çıkaran özel bir tüfek kullanmaktadırlar.

Biatlon sporunun genel tanımı ise şöyledir: Sporcular bir parkuru kayarak, kar üzerinde atış yaptıkları alana gelirler ve burada sıralı beş hedefi vurmaya çalışırlar. Her kaçırılan hedef için ya bir ceza turu eklenir ya da kayma sürelerine bir dakika ilave edilir. Daha sonra sporcular bir başka döngüyü kayarak yeni bir atış serisine geçerler. Uzun yarışlarda sporcular beş kez, kısa yarışlarda ise üç kez bu döngüyü tamamlayabilirler. Yarışı en hızlı tamamlayan sporcu, zaferi kazanır.

Para Biatlon'daki klasifikasyon, hangi sporcuların bu branшта yarışmaya uygun olduğunu ve sporcuların nasıl gruplandırılacağını belirler. Bu branшта sporcular, Spor Sınıfları çerçevesinde üç ana kategoride mücadele ederler:

- Ayakta Kayma
- Oturarak Kayma

- **Görme Engelliler:** (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.)
- **Kuzey Disiplini:** Para Kuzey Disiplini, Para Biatlon ve Para Kros Kayağı disiplinlerinin birleşimidir.

Biatlon: Para Biatlon, 1988 Kış Paralimpik Oyunları'nda fiziksel engelli sporcular için yer almış ve 1992'de görme engelli sporculara uyumlu hale getirilmiştir. Yarışlar, 2.0 veya 2.5 km uzunluğundaki pistte üç veya beş tur kaymayı ve toplamda 6-15 km mesafe kat etmeyi içerir. Sporcular, hedefleri vurmak için 10 metre mesafede iki saha arasında hareket eder. Her kaçırılan hedef için ek süre eklenir. Görme engelli sporcular, akustik sinyallerle hedefe odaklanmalarına yardımcı olurlar. Para Biatlon, IPC tarafından yönetilir ve IBU'nun güncellenmiş kurallarıyla düzenlenir.

Kros Kayağı: Kros kayağı, 1976 Kış Paralimpik Oyunları'nda tanıtılmıştır. Engelli ve görme engelli sporculara açıktır. 1984 Paralimpik Kış Oyunları'nda klasik ve serbest stil teknikleri ile iki ayrı yarış kategorisi oluşturulmuştur. Sporcular, engellerine göre oturmalı kaya veya çift kayak ekipmanlı sandalye kullanabilirler. Görme engelli sporcular, rehberle birlikte yarışır. Kros kayağı, IPC tarafından yönetilir ve FIS'in güncellenmiş kurallarıyla yapılır.

Paralimpik sporlarında, yarışmaların adil olmasını sağlamak amacıyla "sınıflandırma" sistemi uygulanır. Bu süreçte, sporcuların engel türüne ve spor üzerindeki etkilerine göre gruplandırılmaları sağlanır. Kuzey Disiplini'nde, Kros Kayağı ve Biatlon yarışlarında, sporcular engel türlerine göre farklı sınıflarda yarışır.

- **Spor Sınıfları**

- **LW 2-9:** Ayakta Kayakçılar
- **Bacak Engelleri**
- **LW 2:** Diz üstü amputasyon gibi bacak engeli olanlar.
- **LW 3:** Her iki bacağında engel bulunanlar.
- **LW 4:** Bir bacağında engel bulunanlar.

- **Kol Engelleri**

- **LW 5/7:** Her iki kolu engelli, kayak batonlarını kullanamayanlar.
- **LW 6:** Bir kolu engelli, diğer el ile kayak batonunu tutabilenler.
- **LW 8:** Bir kolu hafif engelli, bir kayak batonuyla kayabilenler.

- **Karma Engeller**

- **LW 9:** Hem kollarında hem bacaklarında engel olanlar.
- **LW 10-12:** Oturarak Kayakçılar
- **LW 10:** Bacak ve gövde fonksiyonlarını sınırlayan engelleri bulunanlar.
- **LW 10.5:** Gövde kontrolü sınırlı, ancak dengelerini koruyabilenler.
- **LW 11:** Bacak engelleri ve dengeli gövde kontrolü olanlar.
- **LW 11.5:** Normal gövde kontrolüne yakın olanlar.
- **LW 12:** Bacak engeli olan ancak normal vücut kontrolüne sahip olanlar.
- **B1-3:** Görme Engelli Sporcular
- **B1:** Kör veya çok düşük görme yetisine sahip olanlar.
- **B2:** 4 metre mesafeden "E" harfini tanımayanlar.
- **B3:** En hafif görme engeline sahip olanlar.

B1 sınıfındaki sporcular rehberle kayar; B2 ve B3 sınıfındaki sporcular ise isteğe bağlı olarak rehberle kayabilir. Biatlon sporunda, görme engelli sporcular hedefe atış yaparken ses sinyallerinden yararlanırlar (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Buz Hokeyi: Para Buz Hokeyi, Lillehammer 1994 Kış Paralimpik Oyunları'nda resmi olarak başlamış ve hızla popülerlik kazanmıştır. Fiziksel engelli kadın ve erkek sporcular tarafından oynanan bu spor, hızlı hareketler ve yüksek fiziksel aktivite gerektiren bir mücadele sunar. Dünya Para Buz Hokeyi Teknik Komitesi ile IPC tarafından yönetilir ve Uluslararası Buz Hokeyi Federasyonu (IIHF) kurallarına göre uygulanır.

Sporcular, kayaklar yerine çift bıçaklı kızaklar kullanır. Ayrıca, itme işlevi gören sivri uçları ve atış yapmaya imkan tanıyan bıçaklı uçları bulunan iki baston kullanılır.

1969'da Stockholm'de fiziksel engelli sporcularla engelsiz sporcuların yer aldığı beş takımlı bir lig kurulmuş, aynı yıl Stockholm ile Oslo arasında ilk uluslararası Para Buz Hokeyi maçı oynanmıştır. Ardından, İngiltere, Kanada ve Amerika gibi ülkeler de takımlar kurarak bu spora katılmıştır.

Para Buz Hokeyi'nde, adil bir yarışma sağlamak amacıyla sınıflandırma sistemi uygulanır. Bu sistemde sporcuların yetenekleri, güçleri, dayanıklılıkları, taktik becerileri ve zihinsel odaklanmaları dikkate alınır. Sınıflandırma, engellerin spor üzerindeki etkisini en aza indirmeyi hedefler.

Bu sporda, vücutlarının alt bölgesinde engeli bulunan sporcular yarışabilir. Engeller; bacaklarda ampütasyon, bilek veya diz eklemlerinde sertlik, bacak uzunluğu farkı veya omurilik felcine bağlı kas zayıflığı gibi durumları içerebilir.

Para Buz Hokeyi'nde tek bir spor sınıfı vardır ve tüm oyuncuların engel kriterlerini karşılaması gerekir. Bu, takımın performansını ve engelin yarışmadaki etkisini dengelemek için önemlidir (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Para Snowboard: Para Snowboard, dünya genelinde popüler bir spor dalıdır ve üç ana disiplini içerir: Snowboard-cross (kros), tümsekli slalom ve dev slalom. Sporcular, pistlerden en hızlı şekilde kayarak hız ve çevikliği birleştirirler. Yarışmalara, omurilik hasarı, serebral palsi ve amputasyon gibi fiziksel engelleri olan kadın ve erkek sporcular katılabilmektedir.

Sporcular, fonksiyonel yeteneklerine göre üç farklı kategoride yarışmaktadır:

- **SB-LL1:** Alt uzuv engeli bulunan sporcular
- **SB-LL2:** Alt uzuvları daha az engellenmiş sporcular
- **SB-UL:** Üst uzuv engeli bulunan sporcular

Para snowboardcuları, ihtiyaçlarına uygun olarak tasarlanmış snowboard tahtaları ve ortopedik destekler kullanmaktadır. Bu spor, Dünya Para Snowboard Federasyonu tarafından düzenlenmekte ve uluslararası alanda Dünya Para Alp Disiplini ile iş birliği içinde yürütülmektedir.

Para Snowboard, 2010 yılında Dünya Para Alp Disiplini'ne katıldı ve Soçi 2014 Paralimpik Kış Oyunları'nda ilk kez alp disiplini programında yer aldı. İlk Dünya Şampiyonası ise 2015 yılında İspanya'nın La Molina kentinde gerçekleştirildi. Yarış takvimi, Dünya Kupası, Avrupa Kupası, Kuzey Amerika ve Asya Kupası gibi etkinliklerle genişlemiş ve PyeongChang 2018 Paralimpik Kış Oyunları'nda 10 farklı aktiviteye çıkmıştır.

Klasifikasyon, yarışların adil bir şekilde gerçekleşmesini sağlar. Paralimpik sporlarda, sporcuların engelleri performanslarını etkileyebilir. Klasifikasyon, bu etkiyi en aza indirerek, sporcunun başarısının yetenek, formda olma, dayanıklılık, ustalık ve zihinsel odaklanmaya dayalı olmasını sağlar.

Para Snowboard, üç spor sınıfına ayrılmaktadır:

- **SB-LL1:** Bir bacağında belirgin engel bulunan sporcular (örneğin, diz üstü amputasyon veya her iki bacakta belirgin engel).
- **SB-LL2:** Bir veya iki bacakta daha az hareket kısıtlamasına yol açan engelleri bulunan sporcular (örneğin, diz altı amputasyon veya hafif spastiklik).
- **SB-UL:** Üst uzuv engeli bulunan sporcular, denge becerilerini etkileyen engellerle yarışmaktadır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

Tekerlekli Sandalye Curling: Tekerlekli Sandalye Curling, Paralimpik Oyunlar'daki yolculuğuna 2006 yılında Torino'da başlamıştır. Bu spor, vücutlarının alt kısmında omurilik yaralanmaları, serebral palsi, multiple skleroz ve iki bacak amputasyonu gibi engelleri olan kadın ve erkek sporculara kapılarını açmaktadır.

Şu anda tekerlekli sandalye curling, 24 farklı ülkede ilgiyle oynanmaktadır (Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, t.y.).

3. MATERYAL VE METOT

Bu bölümde, araştırmanın yöntemi, çalışma grubunun belirlenmesi, veri toplama araçları ve verilerin analizinde izlenen süreçler hakkında bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırma Yöntemi

Araştırmaya başlamadan önce, ele alınacak konunun toplumsal yaşamda bir sorun ya da ihtiyaç olarak varlık gösterdiğinin belirlenmesi gerekmektedir. Bu doğrultuda çalışmada nitel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Nitel araştırma, bireylerin deneyimlerini, algılarını ve anlam dünyalarını derinlemesine incelemeyi amaçlayan; olguları bağlam içinde ele almayı ve katılımcıların bakış açılarını anlamlandırmayı sağlayan esnek ve yorumlayıcı bir yaklaşım olarak tanımlanmaktadır (Baltacı, 2017). Bu yöntemin tercih edilmesinin nedeni, araştırma konusunun nicel verilerle sınırlandırılmayacak ölçüde çok boyutlu ve derinlikli olmasıdır. Çalışmada, bireylerin yaşantılarından ve deneyimlerinden hareketle incelenen olguya ilişkin kapsamlı bir kavramsal çerçeve oluşturulması hedeflenmiştir. Oluşturulan kavramsal çerçeve ve belirlenen araştırma soruları, araştırma alanının sınırlarını çizmiş; çalışmanın her aşamasında açıklayıcı ve yönlendirici bir rol üstlenmiştir.

Bu araştırma, paralimpik sporcuların spor kariyerlerine katılma süreçlerinde karşılaştıkları sosyal, psikolojik ve uluslararası düzeydeki engelleri ayrıntılı bir şekilde gözler önüne sermeyi amaçlamaktadır. Sporcuların karşılaştıkları zorluklar, bu zorluklarla başa çıkma yöntemleri ve destek sistemlerinden nasıl yararlandıkları, onların bireysel deneyimlerine dayanarak incelenmiştir. Literatürde bu kapsamda yapılmış yeterli çalışma bulunmadığı için araştırmada fenomenolojik yaklaşım benimsenmiştir. Fenomenoloji, belirli bir olayı yaşayan bireylerin ortak deneyimlerini anlamaya yönelik bir metodolojik çerçeve sağlar (Lester, 1999: 2-10). Bu yaklaşımda karşılaştırma yapılmaz; daha çok bireylerin yaşadıkları deneyimlerin ortak yönleri incelenir.

Bu doğrultuda araştırmada;

- Paralimpik sporcuların spora başlama süreçlerinde karşılaştıkları uluslararası, psikolojik ve sosyal zorlukların belirlenmesi,

- Bu zorlukların sporcuların spora uyum, motivasyon ve devamlılık süreçlerine etkilerinin incelenmesi,
- Spora başlama aşamasında ihtiyaç duyulan psikolojik ve sosyal destek unsurlarının ortaya konması,
- Türkiye için örnek teşkil edebilecek uygulama ve destek mekanizmalarının belirlenmesi, araştırmanın temel amaçları olarak belirlenmiştir.

Veriler, nitel araştırmalarda yaygın olarak kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile toplanmıştır. Bu teknik, önceden hazırlanmış açık uçlu sorularla temel bir çerçeve sunarken, görüşme sırasında alınan yanıtlara göre esnek şekilde yeni sorular yöneltme imkânı tanımaktadır (Yıldırım, 2008: 122-130; Mills vd., 2006; Parameswaran vd., 2020). Böylelikle, paralimpik sporcuların bireysel deneyimlerini özgürce ifade etmeleri sağlanmış ve konunun derinliğine inilerek anlamlı temalar ortaya çıkarılmıştır. Bunun yanında, doküman incelemesi yöntemi de kullanılarak çalışmaya destekleyici veriler kazandırılmıştır.

Görüşmeler, farklı spor branşlarında aktif olan sporcularla gerçekleştirilmiş; elde edilen ham veriler sistematik bir biçimde analiz edilerek sporda sosyal dışlanma, destek yetersizliği, psikolojik baskılar ve uluslararası iletişim sorunları gibi temalar altında sınıflandırılmıştır. Bu yöntem, engelli bireylerin spor ile ilişkilerini daha iyi anlamaya ve alana katkıda bulunacak çözümler geliştirmeye temel oluşturmuştur (Creswell, 2018: 42-50; Creswell, 2020: 80-82).

3.2. Araştırma Grubu

Fenomenoloji araştırmalarında, araştırma sorusuna uygun bir grup oluşturmak gerekmektedir. Bu grup, özellikle sorunla yakından ilgili olan ve birbirleriyle etkileşim içinde olan bireylerden meydana gelir. Detaylı veri toplamak için katılımcıların konu hakkında kapsamlı ve niteliksel bilgiler sunmaları önem taşır. Bu çerçevede, sporcuların sosyal güvenlik olgusuna dair bakış açıları ve spordaki risklerle ilgili deneyimlerini ortaya koymaları hedeflenerek, amaçlı örnekleme ve maksimum çeşitlilik örnekleme teknikleri kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme, araştırma konusuna uygun özelliklere sahip, bilgi birikimi yüksek bireylerin seçilmesine olanak tanırken (Etikan, 2016), maksimum çeşitlilik örnekleme farklı özelliklere sahip katılımcılardan daha fazla bilgi elde edilmesine yardımcı olur (Büyüköztürk vd., 2016: 88-91).

Dolayısıyla araştırmanın çalışma grubu, amaçlı örnekleme tekniği ile belirlenen ve spor hayatına aktif olarak devam eden 12 paralimpik sporcudan oluşmaktadır. Katılımcıların farklı spor branşlarında yer alması ve çeşitli engel gruplarını temsil etmesi, verilerin çeşitliliğini artırarak araştırmanın derinliğini zenginleştirmektedir. Çalışma grubunun branşlara göre dağılımı şu şekildedir:

Tablo 3.1: Katılımcıların branşları ve sayıları

Branş	Katılımcı Sayısı
Masa Tenisi	6
Judo	1
Eskirim	1
Halter	3
Yüzme	1

Araştırmaya gönüllü olarak katılan sporcular, hâlihazırda hem ulusal hem de uluslararası düzeyde aktif olarak yarışmalara katılan elit sporculardan oluşmaktadır. Bu sporcuların sportif kariyer süreleri, başarı düzeyleri, elit sporculuk deneyimleri ve sosyal statüleri göz önünde bulundurulduğunda; uluslararası, psikolojik ve sosyal konularda daha zengin tecrübelere sahip oldukları varsayılmaktadır. Bu nedenle, araştırmada derinlemesine ve nitelikli veriler elde edebilmek amacıyla bu düzeydeki sporcuların tercih edilmesi uygun görülmüştür.

Nicel çalışmalar için büyük örneklem sayısı önem taşırken, nitel araştırmalarda örneklemin özellikleri üzerinde durulmaktadır. Bu araştırmalarda doygunluk önemli olduğundan daha fazla katılımcıyla görüşerek veri çeşitliliğini artırmanın daha fazla bilgi sağlamayacağı kabul edilmektedir. Bu nedenle, katılımcılarla derinlemesine görüşmeler yaparak ayrıntılı veriler almak önemlidir. Bilginin derinliği ve özgünlüğünün ön planda olduğu nitel araştırmalarda, küçük bir grup üzerinden elde edilen kaliteli ve kapsamlı veriler önem arz etmektedir. Katılımcılarla yapılan görüşmelerden sonra elde edilen verilerin doygunluğa ulaştığı düşünülmüş ve çalışma grubunun sayısı artırılmamıştır.

Tablo 3.2: Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin veriler

Değişkenler	Grup	f
Yaş	18-25 Yaş	3
	25-35 Yaş	7
	35 Yaş ve üzeri	2
	Toplam	12
Cinsiyet	Erkek	7
	Kadın	5
	Toplam	12
Eğitim Durumu	Lise	3
	Lisans	8
	Yüksek Lisans	1
	Toplam	12
Mesleki Durum	Çalışmıyor	1
	Öğrenci	2
	Özel Sektör Çalışanı	1
	Kamu Çalışanı	8
	Toplam	12

Araştırmada gönüllü katılım esas alınmış olup, katılımcıların açık rızası olmadan kişisel bilgilerin paylaşılmaması araştırma etiğinin temel gerekliliklerinden biridir (Heggen ve Guillemín, 2012, ss. 470-475). Bu doğrultuda, katılımcıların mahremiyetini ve gizliliğini korumak amacıyla görüşmeler anonimleştirilmiş ve elde edilen veriler yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılmıştır. Araştırmaya dahil olan paralimpik sporcular, kimliklerinin ifşa edilmesini önlemek amacıyla K1’den K12’ye kadar kodlarla tanımlanmış ve tezde bu kodlar üzerinden raporlanmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

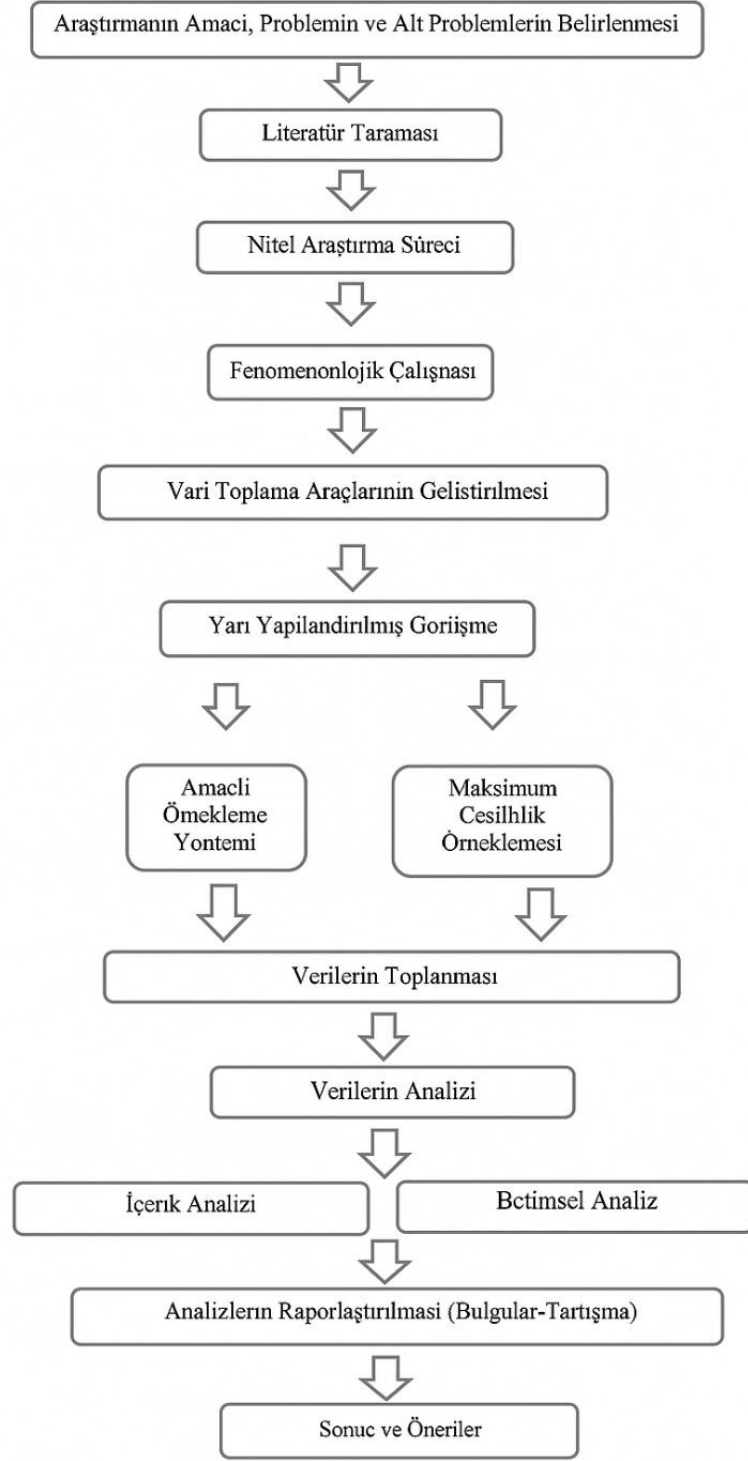
Nitel araştırmalarda, veri elde etmek için katılımcılara herhangi bir yönlendirme ya da işlem uygulanmaz. Bu sebeple nitel çalışmalarda sıkça doküman analizi, mülakat ve gözlem yöntemleri tercih edilmektedir (Yıldırım, 2011). Bu çalışmada, katılımcıların konu üzerindeki düşüncelerini, yaşadıkları deneyimleri ve görüşlerini derinlemesine anlamak için

yarı yapılandırılmış mülakat tekniği ile doküman analizi birlikte kullanılmıştır (Creswell, 2018: 145-160). Araştırmanın hedefleri doğrultusunda mülakat sorularını tasarlamadan önce geniş bir literatür incelemesi yapılmıştır. Ayrıca, araştırmacının spor alanındaki tecrübesi, soru geliştirme aşamasında büyük bir katkı sağlamıştır. Bu bağlamda, paralimpik sporcuların spor hayatlarına başlama süreçlerinde karşılaştıkları uluslararası, psikolojik ve sosyal zorlukları ortaya koymaya yönelik 10 ana soru ve bunlara bağlı 10 alt soru oluşturulmuştur. Sorular, konu uzmanı 3 akademisyen tarafından geliştirilmiş ve bilimsel geçerliliğin temin edilmesi için içerik bakımından özenle hazırlanmıştır. Hazırlanan soru formunun dili ve anlaşılabilirliğini değerlendirmek amacıyla küçük bir ön uygulama gerçekleştirilmiş, elde edilen geri dönüşler doğrultusunda gerekli düzenlemeler yapılmış ve mülakat formu nihai şekline kavuşturulmuştur.

Nitel araştırmalarda, araştırmacı sürecin bir parçası haline gelir. Bu açıdan, araştırmacı önceden sahip olduğu bakış açıları ya da önyargılarından ziyade, katılımcıların deneyimlerini kendi bakış açılarıyla anlamaya çalışır (Yıldırım, 2021: 81-83). Araştırmacının rolü, katılımcıların paylaştığı verileri kendi ifadeleriyle inceleyip analiz ederek raporlamaktır (Creswell ve Miller, 2000).

Bu çalışmada araştırmacı, spora erken yaşta başlamış ve uzun yıllar sporculuk yapmış bir birey olarak, paralimpik sporcuların spora ilk adımlarında karşılaştıkları uluslararası, psikolojik ve sosyal zorlukları anlamada hem saha bilgisine hem de derin bir empati yeteneğine sahiptir. Sporun farklı aşamalarında bizzat riskleri deneyimlemiş olması, görüşmeler sırasında katılımcıların yalnızca ifade ettiklerini değil, aynı zamanda satır aralarında dile getirmek istediklerini de kavrayabilmesini sağlamıştır.

Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan 12 paralimpik sporcu ile öncelikle telefon yoluyla iletişim kurulmuş, uygun gün ve saatler belirlenmiştir. Katılımcıların bulunduğu şehirler, müsabaka programları ve fiziksel koşullar dikkate alınarak görüşmelerin bir bölümü yüz yüze, bir bölümü ise Zoom ve WhatsApp görüntülü görüşme aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerde, katılımcı onayı alınarak ses kayıtları tutulmuş, kayıtlar güvenli şekilde bilgisayar ve harici diske aktarılmıştır.



Şekil 3.1: İş akış süreci

3.4. Verilerin Analizi

Bu incelemede toplamda 12 paralimpik sporcu ile görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Sporcuların görüşlerinden elde edilen bilgiler, sosyal bilimlerde yaygın biçimde kullanılan

ve nitel araştırmalarda sık tercih edilen içerik analizi yöntemiyle ele alınmıştır. Veriler, MaxQda Pro yazılımı kullanılarak detaylı bir şekilde incelenmiştir.

Araştırma, nitel araştırmanın bir deseni olan fenomenolojik yaklaşım çerçevesinde gerçekleştirilmiştir. Fenomenoloji, bireylerin yaşantılarını ve deneyimlerini kendi bakış açılarıyla anlamaya odaklanır. Bu nedenle, araştırmada paralimpik sporcuların spora başlama süreçlerinde yaşadıkları deneyimlerin derinlemesine ortaya konulabilmesi için fenomenolojik yaklaşım uygun görülmüştür.

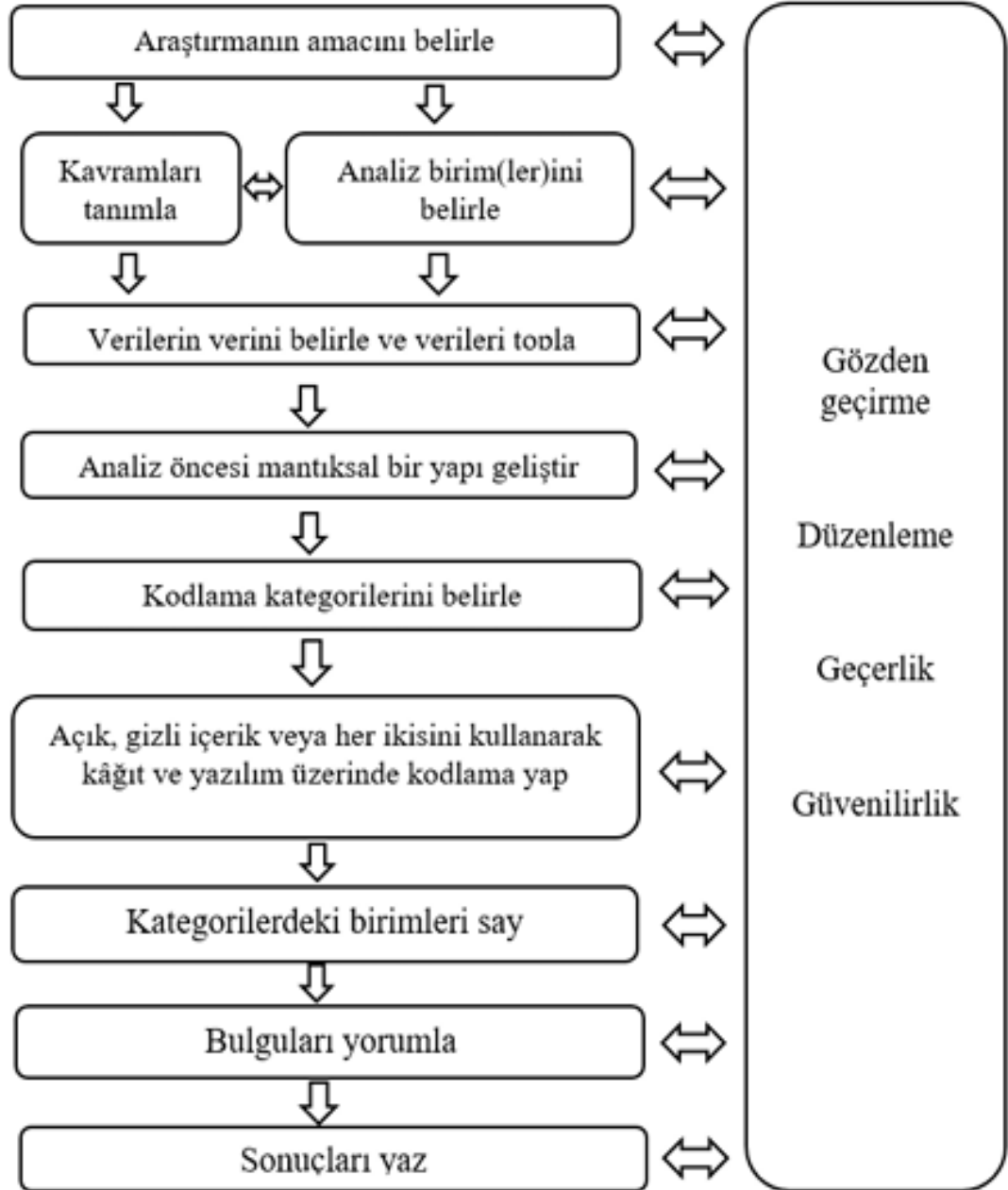
Nitel araştırmalarda veri analiz süreci, genellikle tümevarımsal bir mantık üzerine kuruludur. Analiz, öncelikle katılımcılardan elde edilen verilerin dikkatlice okunması ve incelenmesiyle başlar. Daha sonra, verilerde ne çıkan anlamlı ifadeler kodlanır. Kodlama aşamasında elde edilen veriler benzerliklerine göre gruplandırılır ve bu gruplar daha soyut düzeydeki kategoriler ve temalara dönüştürülür (Creswell, 2018). Bu aşamalar, araştırma sorularının yanıtlanmasına ve incelenen olgunun bütüncül bir şekilde anlaşılmasına hizmet eder.

Bu araştırmada veri özümlemesi için içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. İçerik analizi, verilerin sistematik biçimde kodlanarak kategorilere ve temalara ayrılmasını sağlayan, nitel verilerin zmlenmesinde yaygın biçimde kullanılan bir tekniktir. Araştırmada içerik analizinin tercih edilmesinin nedeni, paralimpik sporcuların spora başlama sürecinde yaşadıkları deneyimleri çok boyutlu şekilde inceleme ve elde edilen verilerden anlamlı temalar ortaya çıkarma imkânı sağlamasıdır. Böylece, bireysel deneyimlerden yola çıkarak daha genel sonuçlara ulaşmak mümkün olmuştur.

Nitel araştırmalarda yaygın biçimde kullanılan içerik analizi, elde edilen verilerin sistematik biçimde zmlenerek kodlara, kategorilere ve temalara dönüştürülmesini sağlayan bir tekniktir. Bu yöntemde, veriler öncelikle anlamlı birimlere ayrılır; ardından benzer özellikler taşıyan ifadeler gruplandırılır ve daha soyut düzeyde kategoriler ile temalar oluşturulur. Son aşamada ise elde edilen bulgular araştırma soruları çerçevesinde yorumlanır. İçerik analizi, araştırmacıya karmaşık ve çok boyutlu verilerden anlamlı sonuçlar çıkarma imkânı sunar (Büyüköztürk vd., 2017).

Bu araştırmada, Büyüköztürk ve arkadaşlarının belirlediği içerik analizi süreçleri (kodlama, kategori ve tema oluşturma, yorumlama) izlenerek elde edilen veriler kapsamlı biçimde

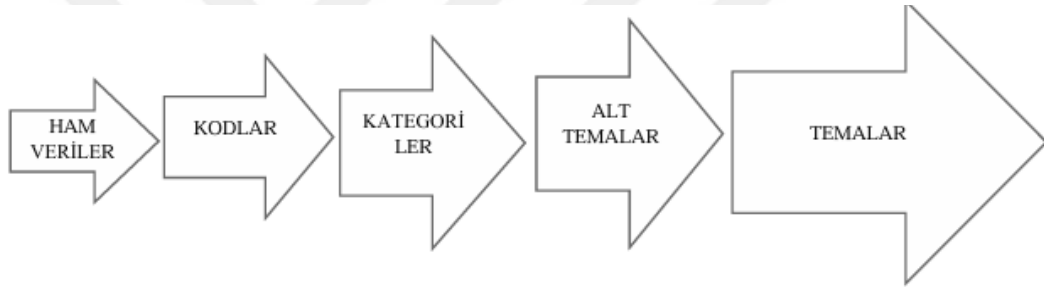
incelenmiştir. İçerik analizinin tercih edilme nedeni, paralimpik sporcuların spora başlama aşamasında karşılaştıkları uluslararası, psikolojik ve sosyal zorlukların derinlemesine ve çok yönlü biçimde anlaşılmasına olanak sağlamasıdır. Bu yöntem aracılığıyla katılımcıların deneyimleri ve görüşleri sistematik ve nesnel bir şekilde çözümlenmiş; temel anlam ilişkileri, kategoriler ve temalar ortaya konarak araştırma sorularına kapsamlı yanıtlar elde edilmiştir.



Şekil 3.2: İçerik analizi aşamaları (Büyüköztürk vd., 2016: 252)

Ses kayıtları birebir çözümlerle Word formatına dönüştürülmüş ve daha sonra katılımcılara e-posta yoluyla gönderilerek onayları alınmıştır. Onaylanan veriler, MAXQDA programına aktarılmış ve analiz için hazırlanmıştır; bu veriler üzerinde betimsel ve içerik analizi yöntemleri uygulanmıştır.

İçerik analizi gerçekleştirildiğinde veri kümesinde sıkça tekrarlanan ve vurgulanan unsurlardan “kodlar” elde edilir; bu kodlar arasında birbirleriyle alakalı belirli kavramlar “kategoriler” olarak belirlenir ve bu kategorilerden de “temalar” türetilir (Creswell ve Plano Clark, 2015: 220-223). Analitik tümevarım olarak bilinen bu yöntem, belirli verilere dayanarak genel bir sonuca ulaşmayı amaçlamaktadır (Teddle ve Tashakkori, 2015: 295-300). Yapılan çalışmada, görüşmelerden elde edilen veriler kullanılarak kodlar oluşturulmuş, bu kodlardan kategoriler, kategorilerden ise alt temalar ve temalar geliştirilmiştir.



Şekil 3.3: Nitel veri analizinin aşamaları

Bilimsel araştırmaların belirli kriterleri karşılaması gerekmektedir. Bu kriterler hem nitel hem de nicel araştırmalarda geçerlik ve güvenirlik açısından değerlendirilmektedir. Nicel çalışmalarda geçerlik ve güvenirlik unsurları sayısal verilerle ortaya konulurken, nitel çalışmalarda bu kavramlar daha fazla inandırıcılık (iç geçerlik), aktarılabilirlik (dış geçerlik), tutarlılık (iç güvenirlik) ve teyit edilebilirlik (dış güvenirlik) gibi durumlara göre incelenmektedir. İnandırıcılık (iç geçerlik), elde edilen bulguların ne derece güvenilir olduğuyla ilgilidir. Bunun sağlanması için belirli bazı teknikler kullanılmaktadır. Bu teknikler arasında “uzun süreli etkileşim, araştırmacının önyargılarını azaltma, katılımcıdan onay alma ve üçgenleme” bulunur (Öztürk Fidan vd., 2018). Araştırma sonuçlarının kendi içinde tutarlı olması oldukça önemlidir. Aktarılabilirlik (dış geçerlik), nicel araştırmalardaki sonuçların genellenebilirliğiyle bağlantılıyken, nitel araştırmalarda bu genellenebilirlik düzeyi oldukça düşüktür. Nitel araştırmaların aktarılabilirliği, belirli bir durumun derinlemesine incelenmesi için uygun bir örneklem seçimi ve sonuçların

genelleştirilmesinden çok karşılaştırılması ve dönüştürülmesi ile ilişkilidir. Tutarlılık (iç güvenilirlik), farklı araştırmacılar tarafından elde edilen sonuçların uyumlu olmasıyla ilgilidir. Teyit edilebilirlik (dış güvenilirlik) ise ham verilerin nesnel bir şekilde sunulması ve katılımcılar tarafından onaylanması anlamına gelir (Büyüköztürk vd., 2016: 225-230). Ancak nitel araştırmalarda, araştırmacının güvenilirlik düzeyi oldukça düşüktür. Gerçekte, nitel araştırmanın güvenilirliği, analiz sırasında araştırmacılar arasında oluşan fikir birliği ve katılımcı onaylarının güvenilirliği ile ilgilidir. Bu nedenle, araştırmanın güvenilirliği, çalışmanın doğruluğuna odaklanarak değerlendirilir. Yani, araştırma sürecinin en doğru biçimde kaydedilmesi ve daha sonra onaylanması bu süreçte büyük önem taşımaktadır. Nitel araştırmalarda, genellenebilir olmaktan ziyade geçerliliğe odaklanılmaktadır (Creswell ve Plano Clark, 2015: 220-230). Çünkü nitel bir çalışma geçerli olabilmesi için araştırma sorusuna uygun bir örneklem ve analiz seçiminde bulunulması, elde edilen verilerin de uzman araştırmacılar ve katılımcılar tarafından doğrulanması gerekmektedir.

Yukarıda belirtilen bilgiler doğrultusunda gerçekleştirilen araştırmanın;

İkna ediciliğini (iç geçerlik) sağlamak adına, araştırmacı, çalışma sahasında uzun bir dönem etkileşimde bulunmuş, bu durum da araştırmanın derinlemesine incelenmesine katkı sağlamış ve araştırma en tarafsız şekilde yürütülmüştür. Katılımcılarla yapılan görüşmeler, bireysel olarak yazıya dökülmüş ve tekrar katılımcılara e-posta yoluyla gönderilerek, aktarılan bilgilerin doğruluğu onaylanmıştır. Son olarak, elde edilen verilere 2 akademisyen ve tez danışmanları tarafından nitel araştırmalar alanında uzmanlıkla inceleme yapılmış ve sonuçlar hakkında ortak bir karar alınmıştır.

Uygulanabilirliğini (dış geçerlik) sağlamak için, araştırmanın hedefleri doğrultusunda uygun bir çalışma grubu oluşturulmuş; bunun için amaçlı örnekleme ve maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemleri kullanılmıştır. Seçilen çalışma grubunun özellikleri ve deneyimleri detaylı bir şekilde açıklanmış ve anlaşılmaya çalışılmıştır.

Tutarlılığını (iç güvenilirlik) temin etmek için, araştırma sürecinin başlangıcından sona kadar olan aşamalar, nitel araştırmalar üzerine çalışma yapmış 3 akademisyen tarafından onaylanmıştır.

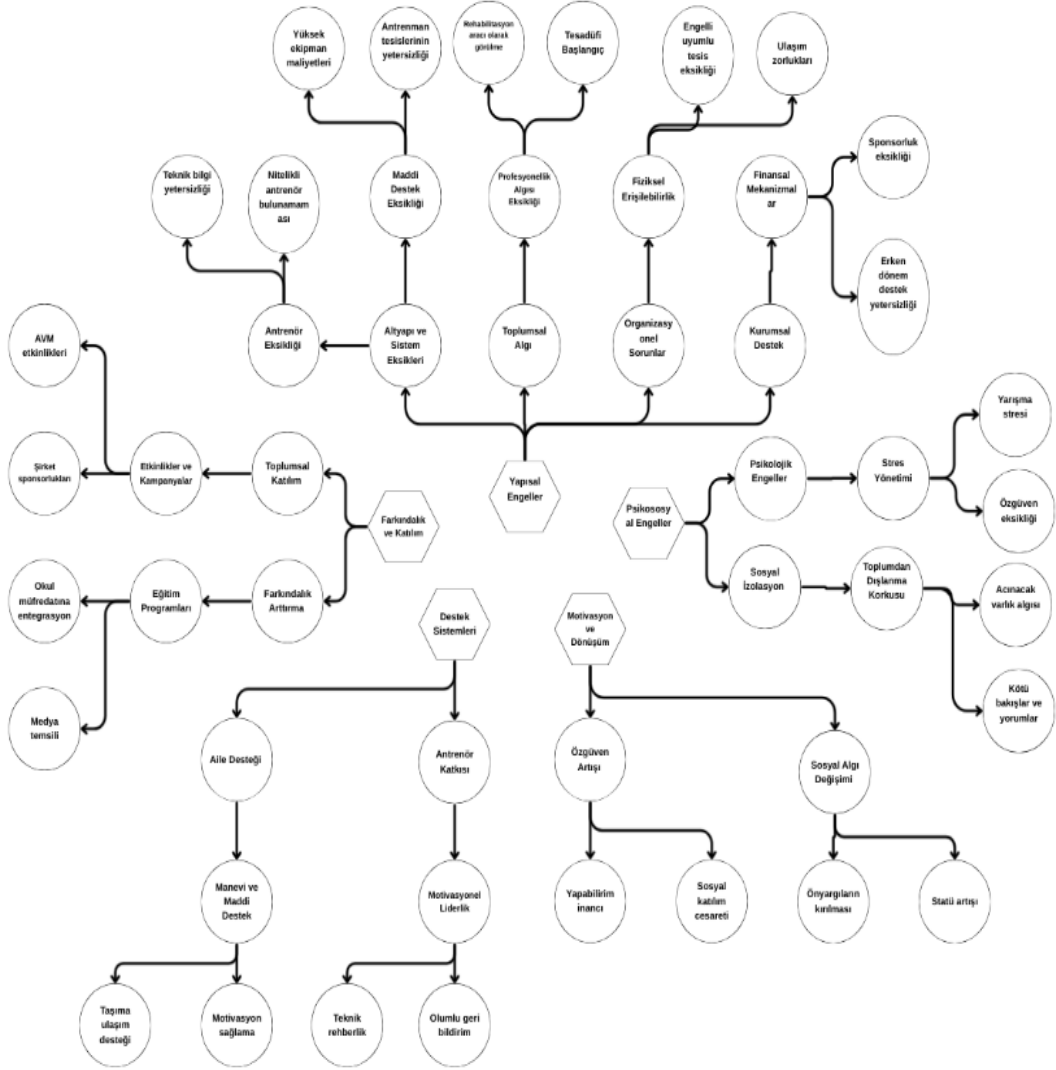
Teyit edilebilirliğini (dış güvenilirlik) sağlamak amacıyla, araştırma sonucunda elde edilen ses kayıtları ve yazılı Word belgeleri uzmanlara sunularak, çalışmanın nesnellik ölçütünü yerine getirdiği doğrulanmıştır.

Çalışmanın güvenilirliğine katkı sağlamak üzere "üçgenleme" yöntemi kullanılmıştır (Speziale vd., 2011: 306-310). Bu yöntem, birden fazla araştırmacının aynı veri setini inceleyerek kodlamalar yapmasını ve mevcut kodlamalar arasındaki benzerlik ve farklılıkların sayısal olarak ifade edilmesini kapsamaktadır.

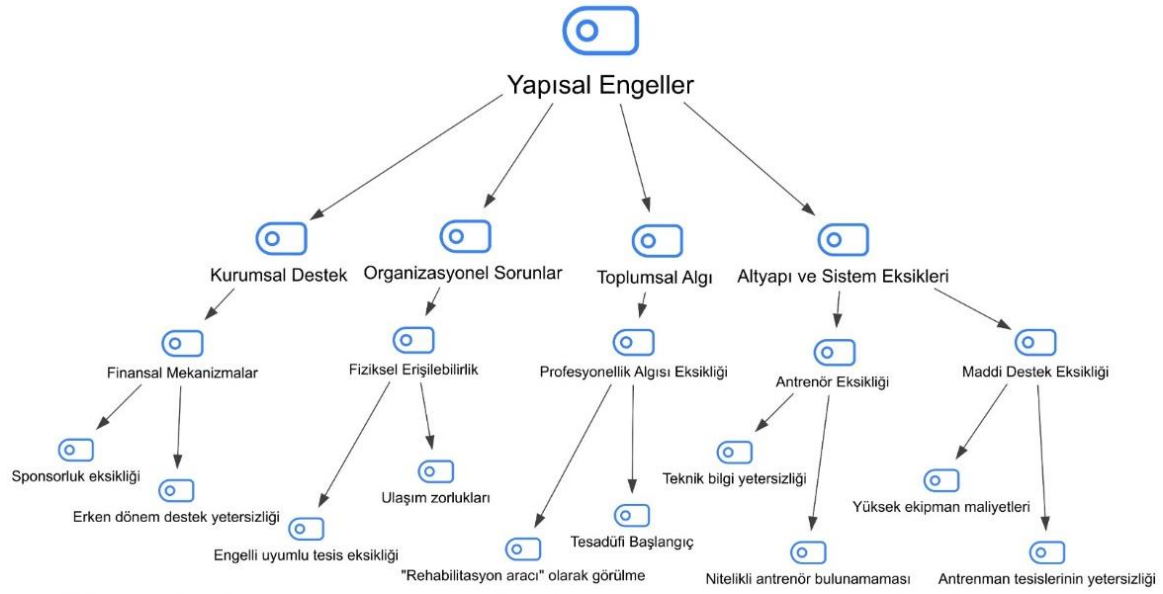


4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmadan elde edilen bulgular sunulmakta ve bu bulgular ilgili literatür ışığında yorumlanarak tartışılmaktadır.



Şekil 4.1: Yapısal engeller, psikososyal engeller, motivasyon ve dönüşüm destek sistemleri, farkındalık ve katılım ana teması, alt temalar, kategoriler ve kodları



Şekil 4.2: Yapısal engeller ana teması, alt temalar, kategoriler ve kodları

Tablo 4.1: Altyapı ve sistem eksikleri, toplumsal algı, organizasyonel sorunlar, kurumsal alt teması, kategorileri, kodları, maddeleri

Tema	Alt Tema	Kategori	Kodlar	Doğrudan Alıntılar (Örnek İfadeler)
Yapısal Engeller	Altyapı ve Sistem Eksikleri	Maddi Destek Eksikliği	- Antrenman tesislerinin yetersizliği - Yüksek ekipman maliyetleri	“Mesela benim antrenman yaptığım yeri bir görseydiniz. Köpeği bağlasan, affedersin, durmaz. O denli kötü bir bodrumun altında ve Konya'nın kışını biliyorsunuz. Elimde sobayla gidiyorum, sobayla geliyorum.” (K8) “Şöyle söyleyeyim engellilere hem malzeme konusunda hem tekerlekli sandalye protez gibi bir sürü ekipmanlar var hani sadece raket top değil... Ayakta ise protez de geliyor bu protezlerin yaklaşık minimum 300 bin liradan başlıyor.” (K4)
^	^	Antrenör Eksikliği	- Nitelikli antrenör bulunamaması - Teknik bilgi yetersizliği	“Hocalarımız tam kuralları bilmiyor biz mesela yarışmaya gidiyoruz kaldırıyoruz bizde pres hatası var yamuk kaldırma hatası var... tam net odaklanamıyor hocalarımız.” (K1) “Şimdi uluslararası müsabakalara katılma konusunda... altyapısı oturmamış bir branşsa malzeme temininde sıkıntılar yaşanır. Bu tarz şeyler olur. Yani yine altyapı oturmamışsa nitelikli antrenör bulunma konusunda sıkıntılar yaşanır.” (K3)

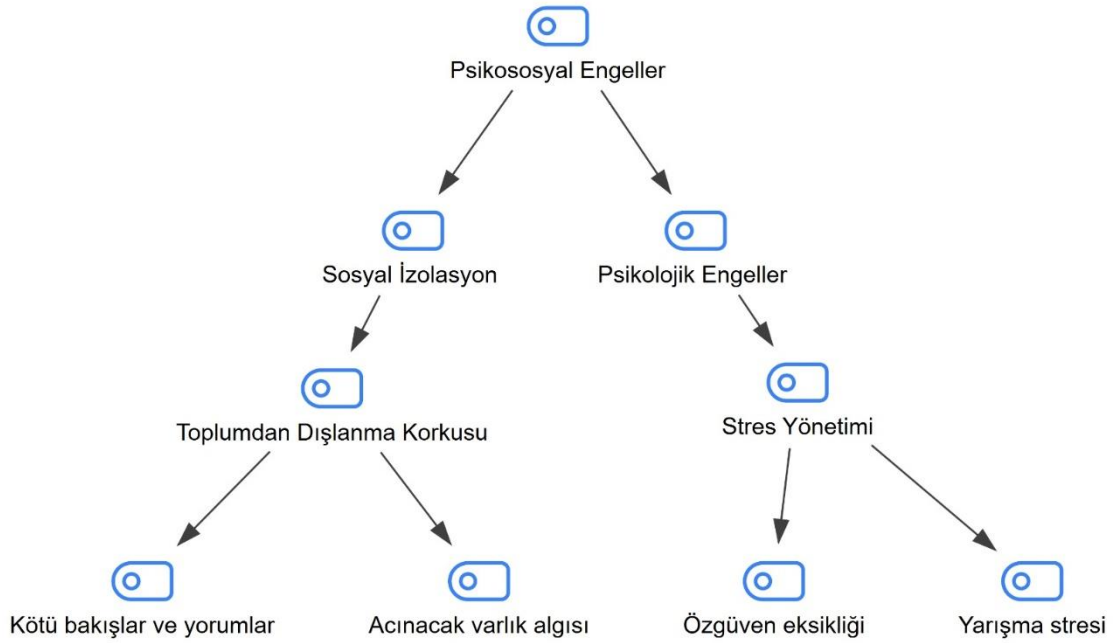
Tablo 4.1: (devam ediyor)

^	Toplumsal Algı	Profesyonellik Algısı Eksikliği	• "Rehabilitasyon aracı" olarak görülme • Tesadüfi Başlangıç	"Şöyle bir gerçek var. Biz paralimpik sporlarını bir spor, profesyonel bir spor alanı olarak mı görüyoruz yoksa bir rehabilitasyon aracı olarak mı görüyoruz? Bence bu ikisini çok iyi ayırt etmek lazım." (K10) "Ama maalesef ülkemizde bu konuda çok gelişmedik. Engellilerin spora başlaması ya tesadüfen ya birilerinin aracılığıyla yapılıyor. Yani bu da bizim gerçekten çok başarılı olmadığımızı gösteriyor bir yerde." (K12)
^	Organizasyonel Sorunlar	Fiziksel Erişilebilirlik	• Engelli uyumlu tesis eksikliği • Ulaşım zorlukları	"Odaya bir giriyorum, psikolojim alt üst. Makyaj yapacak ayna yok. Hadi geç onu ya. Tuvalet giremedim, banyoya giremedim ya. Çünkü ben engelim çok şey. Çok hafif bir engelim var... Ama bizim takımlarda engeli çok ağır olan insanlar var. Ne olursa olsun. Banyoya geçip de banyo yapamayan arkadaşlarımız da var." (K8) "İşte engelli sporcuların ulaşımı. Bu konuda iyileştirme yapılabilir... Çünkü devlet her şeye her yere yetişemeyebilir. İl Müdürlüklerinin ve Belediyelerinin, engelli sporculara, engelli kulüplerine biraz daha fazla yardımcı olması lazım." (K2)
^	Kurumsal Destek	Finansal Mekanizmalar	• Sponsorluk eksikliği • Erken dönem destek yetersizliği	"Yani hani tek başına bakanlık, tek başına federasyon bu işi yapamaz. Yani daha çok sponsorluk vesaire gibi desteklere de ihtiyaç var." (K9) "Tabi yeni başlayan Paralimpik sporcuların yurt dışına götürülmesi, turnuva tecrübelerinin artırılması çok mümkün olmuyordu... Ama bence önemli olan nokta burada, sporcunun ilk başladığı yıllardaki o desteği görmesi lazım. Ki Avrupa'yla ve Dünya'yla hangi branş olursa olsun, yurtdışındaki rakiplerle daha kolay yarışabilir hale gelmesi lazım." (K2)

Araştırma sonuçları, paralimpik sporcuların karşılaştığı zorlukların yapısal, toplumsal, organizasyonel ve kurumsal alanlarda yoğunlaştığını ortaya koymaktadır. Yapısal engeller arasında, antrenman tesislerinin yetersizliği ve ekipman fiyatlarının yüksekliği sporcuların spora erişimini zorlaştırmakta; protez ve tekerlekli sandalye gibi spor ekipmanlarının yüksek maliyetleri maddi destek eksikliğini gözler önüne sermektedir. Ayrıca, yeterli nitelikte antrenörlerin olmaması ve teknik bilgi eksikliği, sporcuların uluslararası düzeyde başarılı olmasını engellemektedir. Toplumsal algı açısından, paralimpik sporların genellikle "rehabilitasyon aracı" olarak değerlendirilmesi ve sporun başlangıç aşamalarının çoğu zaman rastlantılara bağlı kalması, sporun profesyonel bir alan olarak gereken değeri görmediğini göstermektedir. Organizasyonel zorluklar arasında, tesislerin engelli bireylere uygun olmaması, tuvalet ve banyo erişimindeki başlıca sıkıntılar ve ulaşım desteğinin yetersizliği dikkat çekmektedir. Kurumsal destek açısından, yalnızca bakanlık ve federasyon

kaynaklarının yeterli gelmediği, ayrıca sponsorluk gibi ek finansal destek mekanizmalarına ihtiyaç duyulduğu ve özellikle spor kariyerinin ilk dönemlerinde uluslararası turnuva ve kamp deneyimi için maliyet düşünülmeden destek sağlanmasının sporcu gelişiminde hayati önem taşıdığı vurgulanmaktadır.

Bu bulgular, paralimpik sporcuların karşılaştığı engellerin yalnızca bireysel düzeyde değil, çok boyutlu ve sistematik bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle yapısal ve kurumsal eksikliklerin, sporcuların performans gelişimini doğrudan etkilediği; toplumsal algıdaki önyargıların ise paralimpik sporların profesyonel bir kariyer alanı olarak yeterli değeri görmesini engellediği görülmektedir. Bu durum, spor politikalarının daha kapsayıcı ve sürdürülebilir biçimde yeniden yapılandırılmasının gerekliliğine işaret etmektedir.



Şekil 4.3: Psikososyal engeller ana teması, alt temalar, kategoriler ve kodları

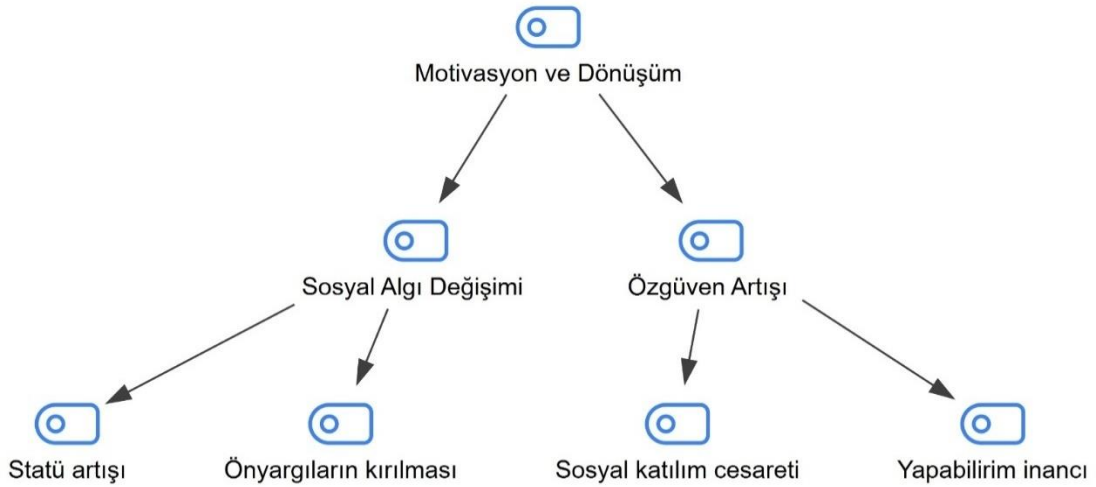
Tablo 4.2: Psikolojik engeller, sosyal izolasyon alt teması, kategorileri, kodları, maddeleri

Tema	Alt Tema	Kategori	Kodlar	Doğrudan Alıntılar (Örnek İfadeler)
Psikososyal Engeller	Psikolojik Engeller	Stres Yönetimi	• Yarışma stresi • Özgüven eksikliği	“İlk başladıkları zaman o atmosfer bence zorluk derecesi. Maça çıktığınız andaki o ambiyansı, atmosferi kaldırabilmek, o stresi yönetebilmek bence en büyük zorluk diye düşünüyorum.” (K6) “Mental olarak aslında en çok zorlandığımız şey psikolojik olarak başlamadan önce... Nasıl bir şeyle karşılaşacağız, acaba adapte olabilecek miyim, yapabilecek miyim diye çok fazla şey düşünüldüğü için en büyük problem ve hazır olmamız gereken şey psikoloji aslında bence.” (K6)
<	Sosyal İzolasyon	Toplumdan Dışlanma Korkusu	• "Acınacak varlık" algısı • Kötü bakışlar ve yorumlar	“Çünkü ne kadar insan kendinde onu kafasında kursa da bir yere gittiğinde ona kötü bakışlar, kötü kelimeler... sözler duyduğu zaman aslında psikolojik olarak hiçbir şey kalmıyor. O anda gerçekten insan çok üzüyor, çok yıkılıyor.” (K12) “Aslında sen engellisin, yapamazsın, edemezsin gibi problemleri spor yapmadan önce çok karşılaşıyorum... Spor yapan insanın çok daha psikolojik olarak rahat ve hayatın içinde olduğunu görebiliyoruz.” (K7)

Araştırma sonuçları, paralimpik sporcuların karşılaştığı psikososyal engellerin hem psikolojik hem de sosyal alanlarda yoğunlaştığını ortaya koymaktadır. Psikolojik engeller arasında, yarışma atmosferinin yarattığı yoğun stres ve özsaygı eksikliğinin sporcular için önemli bir engel olduğu bildirilmektedir. Sporcular, maç sırasında yaşanan atmosferin ve baskının stres yönetimini zorlaştırdığını belirtmekte ve ayrıca spora başlamadan önce yaşanan durumlar, uyum süreci ve başarı kaygısının zihinsel yükü artırdığını dile getirmektedir. Sosyal izolasyon açısından, toplumdan dışlanma korkusu ve “acınacak

durumdaki” algısının atletlerin psikolojisi üzerinde olumsuz etkiler yarattığı dikkat çekilmektedir. Kötü bakışlar, yıkıcı yorumlar ve fiziksel engellerle ilgili yapılan sözel ifadeler, sporcuların motivasyonlarını azaltmakta ve duygusal yıkıma neden olmaktadır. Ayrıca, spor yapan engelli bireylerin, spor yapmayanlara göre daha fazla öz güvene sahip oldukları, psikolojik olarak daha dayanıklı oldukları ve sosyal yaşama daha aktif bir şekilde katıldıkları da vurgulanmaktadır.

Bu bulgular, paralimpik atletlerin yaşadığı psikososyal engellerin, bireysel motivasyon ve toplumsal kabul arasındaki karmaşık etkileşimi yansıttığını göstermektedir. Psikolojik baskılar ve toplumsal önyargıların, sporcuların özsaygı gelişimini ve performans sürekliliğini olumsuz etkilediği; buna karşın sporun, engelli bireyler için önemli bir güçlenme ve toplumsal görünürlük aracı işlevi gördüğü anlaşılmaktadır. Bu durum, psikososyal destek mekanizmalarının güçlendirilmesinin, paralimpik sporcuların sürdürülebilir başarıları açısından kritik bir gereklilik olduğunu ortaya koymaktadır.



Şekil 4.4: Motivasyon ve dönüşüm ana teması, alt temalar, kategoriler ve kodları

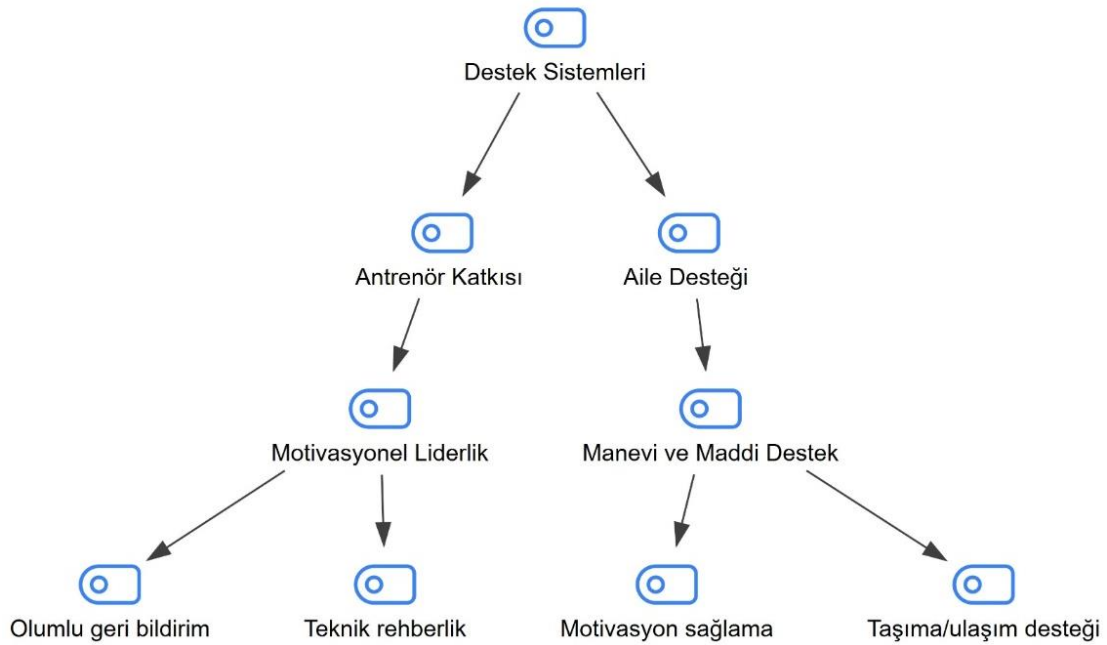
Tablo 4.3: Psikolojik dönüşüm, toplumsal engellerin dönüşümü alt teması, kategorileri, kodları, maddeleri

Tema	Alt Tema	Kategori	Kodlar	Doğrudan Alıntılar (Örnek İfadeler)
Motivasyon ve	Psikolojik Dönüşüm	Özgüven Artışı	"Yapabilirim" inancı - Sosyal katılım cesareti	"Yani çok değişim... olduğunu düşünüyorum. Özellikle en başta bence özgüven. Kendi açısından özgüven ve insanlara karışma, işte toplum içine girme atıyorum. Spordan önce açık bir insan değilse spordan sonra özgüveni yükselebiliyor. Toplum içine daha fazla girebiliyor diye düşünüyorum." (K6)
<	Toplumsal Engellerin Dönüşümü	Sosyal Algı Değişimi	- Önyargıların kırılması - Statü artışı	"Bayağı değişik oldu. Önceden sokakta engelli çocuk gördüğünde hemen yardım ediliyor... ama engelli, paralimpik sporcularda başarı arttıkça sosyal medyada medya önünde haberleri çok ön plana çıkmaya başlayınca... insanlar artık şaşıyor. Helal olsun işte bayrağımızı dalgalandırdı. Müthiş bir tepki yani güzel sözler alıyoruz. Toplumda spor sayesinde bu ön yargıyı değiştirdik." (K4) "Yurt genelinde, ülkemizde kazandığımız başarılarından sonra sporcuların saygınlığı artıyor. Maddi ve manevi olarak çok büyük kazanımlar sağlıyoruz." (K2)

Araştırma sonuçları, paralimpik sporcuların spora katılma serüveninin hem bireysel hem de sosyal düzeyde önemli değişimlere yol açtığını ortaya koymaktadır. Psikolojik açıdan bakıldığında, sporcuların "yapabilirim" düşüncesinin güçlendiği, özgüvenlerinin arttığı ve sosyal ortamlara katılma konusunda daha cesur hale geldikleri ifade edilmektedir. Spor öncesinde daha içe dönük olan kişilerin, spor sayesinde toplumsal ortamlarda daha rahat hareket ettikleri ve kendilerini daha iyi ifade edebildikleri belirtilmektedir. Toplumsal engellerin aşılması bağlamında, paralimpik sporcuların kazandıkları başarıların, toplumdaki önyargıları yıktığı ve sosyal algıda olumlu değişikliklere yol açtığı anlaşılmaktadır. Sporcuların medyada görünürlüklerinin artmasıyla, toplumun engellilere yönelik tutumunda olumlu bir değişim yaşandığı ve "helal olsun" gibi takdir edici sözlerin daha fazla dile getirildiği vurgulanmaktadır. Bunun yanı sıra, bu başarıların sporculara hem maddi hem de

manevi anlamda kazançlar sağladığı ve toplum içindeki durumlarını güçlendirdiği ifade edilmektedir.

Bu bulgular, paralimpik sporun, bireysel güçlenme ve toplumsal algının dönüşümü açısından merkezi bir rol oynadığını göstermektedir. Spor, engelli bireylerin özgüvenini ve toplumsal katılımını artırırken, elde edilen başarılar aracılığıyla toplumdaki önyargıların kırılmasına ve sosyal kabulün güçlenmesine katkı sağlamaktadır. Bu durum, paralimpik sporun yalnızca fiziksel performans değil, aynı zamanda psikososyal gelişim ve toplumsal entegrasyon açısından da önemli bir araç olduğunu ortaya koymaktadır.



Şekil 4.5: Destek sistemleri ana teması, alt temalar, kategoriler ve kodları

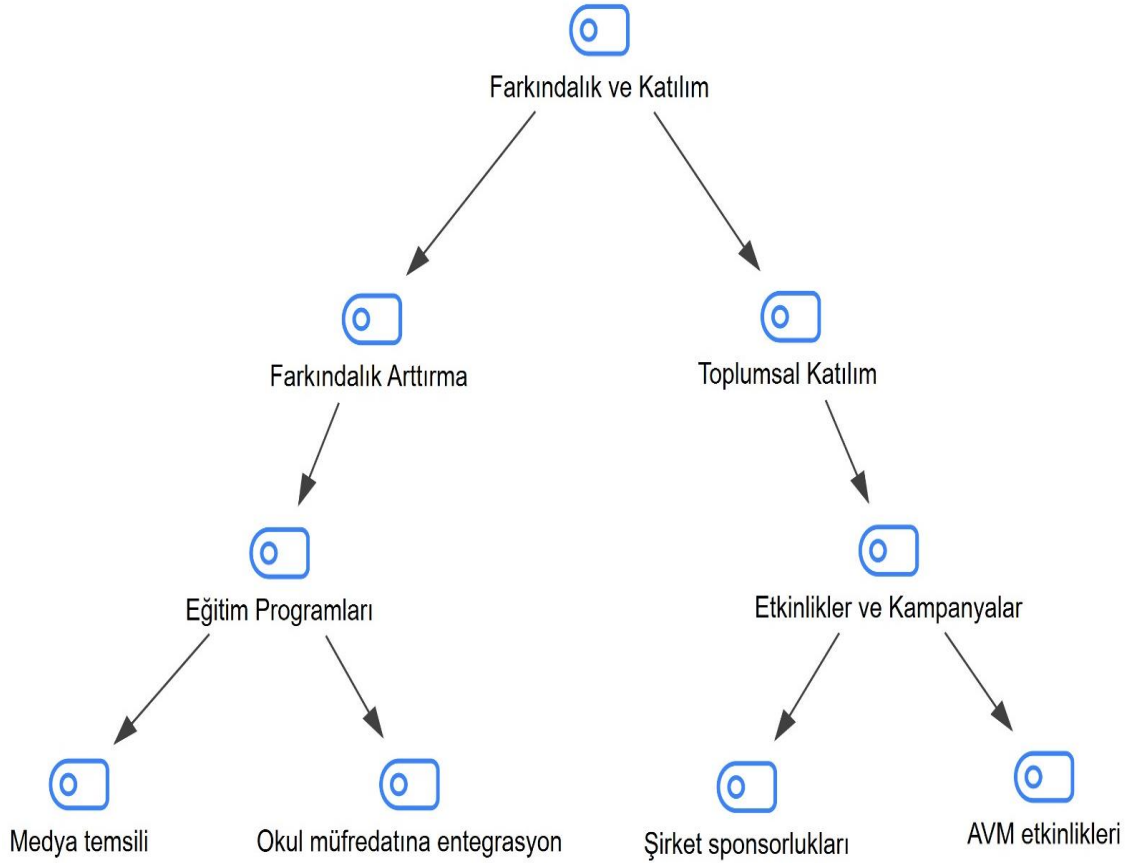
Tablo 4.4: Aile desteği, antrenör katkısı alt teması, kategorileri, kodları, maddeleri

Tema	Alt Tema	Kategori	Kodlar	Doğrudan Alıntılar (Örnek İfadeler)
Destek Sistemleri	Aile Desteği	Manevi ve Maddi Destek	• Taşıma/ulaşım desteği • Motivasyon sağlama	“Ailem, annem, babam her gün, her zaman spor yapma konusunda beni sınırsız desteklediler. İmkanlar olmamasına rağmen işte antrenmanlara getirip götürdüler. Hani başarılı olup olmayacağımın garantisinin olmadığı dönemlerdi. Yani çocuğum spor yapsın ve sosyalleşsin mantığıyla o dönemler başladı.” (K2) “Bu süreçte ailelerin çocuklarına destek olmaları lazım bugün siz onlarla olun gurur duyun yarın onların kazandığı başarılarla zaten inanılmaz büyük gururlar yaşayacaksınız... Yenilenleri yaşatmak için Paris’te anne baba tribünde biz de sahadaydık. Bu gibi heyecanları, mutlulukları yaşamak için çocuklarımıza hep destek, tam destek diyoruz.” (K2)
<	Antrenör Katkısı	Motivasyonel Liderlik	• Teknik rehberlik • Olumlu geri bildirim	“Çünkü ben bu sporda şunu öğrendim. Yani ben bazen çok üzülürüm. Birinin durumu olmaz, çok ağlarım. Bir arkadaşımın bir sıkıntısı olur, çok üzülürüm. Ailem bir şey olur, çok üzülürüm. Bana antrenörüm dedi ki 'Nazmiye antrenmana gelirken bir derdin varsa kapıda bırak öyle gir kızım.' dedi bana. Ben onu yaparak belki bu zirveye geliyorum. Doğru. Derdimi bırakıp içeriye girip yapıp sonra derdimi alıp tekrar odama gidiyorum.” (K8)

Araştırma sonuçları, paralimpik sporcuların başarı süreçlerinde aile desteği ve antrenörün katkısının hayati bir öneme sahip olduğunu göstermektedir. Aile desteği, maddi ve manevi yardımların sporcuların spor yapma istekleri ve devamlılığı üzerinde etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Sınırlı kaynaklara rağmen, sporcuların antrenmanlara ulaşımının sağlanması, ulaşım yardımları ve sosyal katılımlarının desteklenmesi bu desteğin temel unsurlarındandır. Ailelerin çocuklarının başarıları karşısında hissettikleri gurur ve mutluluk, spor faaliyetlerine katılımın duygusal boyutunu güçlendirmektedir. Antrenörlerin katkısı, motivasyon liderliği ve teknik rehberlik bakımından ön plana çıkmaktadır. Antrenörler sadece atletlere teknik beceriler kazandırmakla kalmayıp, aynı zamanda olumsuz duyguları nasıl yönetmeleri gerektiğini göstermekle ve olumlu geri bildirimlerle onları yönlendirerek bir rehberlik işlevi üstlenmektedirler. Bu tarz bir yaklaşım, sporcuların zorluklarla mücadele

ederken yüksek performans sergilemelerine ve psikolojik dayanıklılıklarını korumalarına yardımcı olmaktadır.

Bu bulgular, paralimpik sporcuların başarı süreçlerinde sosyal destek ağlarının kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Aile desteği, sporcuların motivasyonunu ve spor katılımını güçlendirirken, antrenörlerin sağladığı teknik rehberlik ve psikososyal yönlendirme, performansın sürdürülebilirliği ve psikolojik dayanıklılığın korunması açısından belirleyici olmaktadır. Bu durum, sporcuların bireysel çabalarının yanı sıra çevresel ve profesyonel destek mekanizmalarının bütüncül bir şekilde ele alınmasının önemini vurgulamaktadır.



Şekil 4.6: Farkındalık ve Katılım Ana Teması, Alt Temalar, Kategoriler ve Kodları

Tablo 4.5: Toplumsal katılım, farkındalık artırma alt teması, kategorileri, kodları, maddeleri

Tema	Alt Tema	Kategori	Kodlar	Doğrudan Alıntılar (Örnek İfadeler)
Farkındalık ve	Toplumsal Katılım	Etkinlikler ve	• AVM etkinlikleri • Şirket sponsorlukları	“Günümüzde herkes AVM'ye gidiyor. Oralarda stantlar yapılarak sürekli paralimpik branşların olduğunu... orada kendine bir karar verip yeteneğinin hangisine daha yakınsa onlara gitmesini yapılabilir.” (K11)
<	Farkındalık Arttırma	Eğitim Programları	• Okul müfredatına entegrasyon • Medya temsili	“Birinci sınıftan değil, anaokulundan itibaren olan eğitimin içine, bu müfredatın içine engellerle ilgili görüntüler... Çocuğun hafızasına görselleri, o ilkokuldaki görsellerin içine tekerlekli sandalyeyle bir bireyi yerleştirirsen...” (K10) “Örneğin çizgi filmlerde oynanıp, örnek engelli çizgi filmlere, sporcunun bir hayatı, başarılı bir sporcunun çizgi film yapıp toplumda çocuklara daha çok ders verip... Spor kanallarında işte birer dakika ikişer dakika beşer dakika kısa bir sürede yayınlanıp ara reklamlarda yayınlanabilirler.” (K4)

Araştırma bulguları, paralimpik sporların tanıtımı ve engelli bireylerin spora katılımının artırılması için farkındalık ve toplumsal katılım çalışmalarının büyük önem taşıdığını ortaya koymaktadır. Toplumsal katılım boyutunda, alışveriş merkezleri gibi yoğun ziyaret edilen alanlarda düzenlenecek etkinlikler ve şirket sponsorluğunda yapılacak tanıtım organizasyonlarının, paralimpik branşların görünürlüğünü artırarak engelli bireylerin spora yönlendirilmesinde etkili olabileceği belirtilmektedir. Bu tür etkinliklerin, bireylerin farklı branşları deneyimleyerek yeteneklerine uygun sporu seçmelerine olanak tanıyacağı vurgulanmaktadır. Farkındalık artırma kapsamında ise, engellilik ve spor temalarının okul müfredatına, özellikle erken yaşlardan itibaren entegre edilmesinin, toplumsal algının olumlu yönde gelişmesine katkı sağlayacağı ifade edilmektedir. Çizgi filmler, görseller ve medya içerikleri aracılığıyla engelli sporcuların yaşam öykülerinin ve başarılarının çocuklara aktarılması; paralimpik branşların tanıtılması ve spora yönelik önyargıların kırılması açısından önemli bir araç olarak görülmektedir. Bu yaklaşımın hem genç nesillerin

bilinçlenmesini hem de engelli sporcuların toplumdaki tanınırlığının artmasını sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu bulgular, paralimpik sporların yaygınlaştırılmasında farkındalık oluşturma ve toplumsal katılım stratejilerinin kritik bir rol oynadığını göstermektedir. Erken yaşlardan itibaren eğitim ve medya aracılığıyla yürütülecek bilinçlendirme çalışmaları, toplumsal önyargıların kırılmasına ve engelli bireylerin spora yönlendirilmesine önemli katkılar sağlayacaktır. Bu durum, paralimpik sporların yalnızca sportif başarıları değil, aynı zamanda toplumsal entegrasyon ve kapsayıcılık açısından da stratejik bir araç olduğunu ortaya koymaktadır.



5. TARTIŞMA

Çalışmanın bu bölümünde araştırma sonucunda elde edilen “yapısal engeller, psikososyal engeller, motivasyon ve dönüşüm, destek sistemleri, farkındalık ve katılım” ana teması ve ortaya çıkan alt temalar tartışılmıştır.

5.1. Yapısal Engeller

Çalışmanın bu bölümünde araştırma sonucunda elde edilen “yapısal engeller” ana teması ve ortaya çıkan alt temalar olan “’ altyapı ve sistem eksikleri, toplumsal algı, organizasyonel sorunlar, kurumsal destek” tartışılmıştır.

Altyapı ve Sistem Eksikleri Alt Temasını oluşturan “Maddi Destek Eksikliği” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “maddi destek eksikliği” kategorisinde “antrenman tesislerinin yetersizliği” ve “yüksek ekipman maliyetleri” olmak üzere iki kod belirlenmiştir.

Oggero, Puli, Smith ve Khasnabis (2021) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, son 60 yılda Paralimpik Oyunlara dünya genelinde katılımı artış olmasına karşın, coğrafi ve cinsiyet temelli temsil, yardımcı teknolojilere erişim ile madalya kazanımında devam eden eşitsizlikler incelenmiştir. Yaz Paralimpik Oyunlarına katılım ve başarılar, ekonomik durum, cinsiyet ve yardımcı ürün ihtiyacı olan etkinlikler açısından gözlemlenmiştir. Kamuya açık verilerin analizi, yüksek gelirli ülkelerin, düşük ve orta gelirli olanlara göre daha fazla sporcu göndermekte ve daha iyi performans sergilediğini ortaya koymaktadır. Kadın sporcuların oranı yaklaşık %29 civarındadır ve erkeklerle aralarında önemli bir fark bulunmaktadır. Özellikle yardımcı teknoloji gerektiren sporlar açısından düşük ve orta gelirli ülkelerin katılım ve başarıda belirgin eksiklikleri tespit edilmiştir. Araştırma, Paralimpik Oyunlarda daha adil bir katılım ve başarılarının sağlanabilmesi için kadınlar, düşük gelirli ülkeler ve yeterli yardımcı ürünleri olmayan sporcuların karşılaştığı engellerin irdelenmesi gerektiğini vurgulamaktadır.

Guebli, Reguieg, Sba, Erkmen ve De Holanda (2020) tarafından yürütülen bir çalışmada, engelli sporcuların performanslarını artırmaya ve egzersiz yapmalarını teşvik etmeye

yönelik teknoloji geliştirme ile ilgili farklı etkenler ele alınmıştır. Bu çalışmada, belirli paralimpik sporlar bağlamında psikolojik ve teknolojik unsurlar incelenmiş; motivasyonel faktörler, sosyal etkileşimler, sağlık durumu, teknolojik gelişmeler ve paralimpik sporcuların performans değerlendirilmesi konuları tartışılmıştır. Araştırma, daha önceki çalışmalar ve farklı seviyelerdeki ilerlemeler temel alınarak yapılmış, bu gelişmelerin engelli elit sporcuların ulusal ve uluslararası başarılarıyla bağlantısı değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, engelli sporcuların eğitim, teknolojik kullanım, rekabet ruhu ve yaratıcılık sayesinde, dijital performans düzeyinde engelli olmayan sporcularla olan farklarını azaltmaya çalıştıklarını göstermektedir. Ancak Cezayir'de bu yeni teknolojilerin benimsenmesindeki gecikmeler, bu bireylerin spora yönelimini ve topluma entegre olmalarını kısıtlamaktadır.

Ergin (2021) paralimpik sporcuların spor yaparken karşılaştıkları zorlukları belirlemek ve bu zorluklara yönelik çözüm önerilerini incelemek için bir çalışma yapmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniğiyle toplanan veriler, Kartopu Örnekleme yöntemiyle seçilmiş olan farklı branşlardaki 12 sporcu ile gerçekleştirilmiş ve bu veriler içerik analizi ile incelenmiştir. Araştırma sonuçları, sporcuların kişisel motivasyon eksikliği ve mali kısıtlamalar gibi sıkıntılar yaşadığını ortaya koymuştur. Ayrıca, çevresel engeller arasında ulaşım zorlukları, yetersiz spor tesisleri, spor ekipman eksiklikleri, bilgilendirme sıkıntıları ve iş yerlerinden izin alamama gibi sorunlar yer almıştır. Katılımcılar, bu zorlukların üstesinden gelinmesi için kamu kurumlarının finansal destek sunması, spor altyapısının güçlendirilmesi, ekipman temini ve bakımının sağlanması, toplumun engellilik farkındalığının artırılması, ayrıca iş yerlerinde sporculara yasal izin hakkının verilmesi gerektiğini belirtmişlerdir. Bu araştırma, paralimpik sporculara yönelik destekleyici politikaların geliştirilmesi ve yasal düzenlemelerin yapılmasının ne denli önemli olduğunu göstermektedir.

Yukarıda belirtilen araştırmalara dayanarak, antrenman alanlarının yetersizliği ve ekipmanın yüksek maliyetleri, Paralimpik sporcuların başarısını ve gelişimini desteklemek için önem taşımaktadır. Bu yapısal engellerin ortadan kaldırılması, sporcuların rekabetçiliklerini artırarak başarılarının sürekli olmasına yardımcı olabilir.

Altyapı ve Sistem Eksikleri Alt Temasını oluşturan “Antrenör Eksikliği ” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “antrenör eksikliği” kategorisinde “nitelikli antrenör bulunamaması” ve “teknik bilgi yetersizliği” olmak üzere iki kod belirlenmiştir

Hammond (2022) Avustralya'daki engellilikle ilgili kapsayıcı spor politikalarının yüzme antrenörleri tarafından nasıl uygulandığını incelemiştir. Sekiz antrenörle gerçekleştirilen görüşmeler, kapsayıcı politikaların çoğu zaman bağlama bağlı kısıtlamalara göre esnetildiğini ya da göz ardı edildiğini göstermektedir. Antrenörler, engelli bireylerle çalışma isteğine sahip olmalarına rağmen bu durumu koçluk sorumluluklarının bir parçası olarak değerlendirmemektedir. Araştırma, antrenör eğitimi programlarının kapsayıcılık politikaları ile uyumlu olması gerektiğini vurgulamaktadır.

Pankowiak, Brockett, De Bosscher ve Westerbeek (2023) yaptığı çalışma, Paralimpik Oyunlarda ülkelerin madalya kazanma başarısını etkileyen ulusal spor politikası müdahalelerini araştırmayı hedeflemiştir. Olimpik spor politikaları hakkında geniş bir literatür bulunmasına rağmen, Paralimpik sporlar açısından ulusal politikalar konusunda bilgi sınırlıdır ve genellikle tek bir ülkeye veya spora odaklanmaktadır. Araştırma, Birleşik Krallık, Avustralya, Fransa ve Kanada'dan Paralimpik spor yöneticileriyle gerçekleştirilen 23 yarı yapılandırılmış görüşmeye dayanmaktadır. Veriler, sosyal ilişkisel ve insan hakları temelli engellilik modelleri çerçevesinde realist bir perspektifle ve nitel tanımlayıcı analiz yöntemiyle incelenmiştir. Bulgular, genel Olimpik spor politikalarının Paralimpik başarı için de önemli olduğunu ortaya koyarken, para sporuna özgü iki temel politika müdahalesi belirlenmiştir: engellilik bilgisi ve Paralimpik sporun spor sistemine entegrasyonu ile ulusal düzeyde oluşturulmuş bir sınıflandırma çerçevesi. Bu unsurların, Paralimpik sporun kendine has yapısal ve işlevsel özelliklerine uygun bir şekilde politika düzeyinde ele alınmasının uluslararası rekabet avantajı sağlayabileceği vurgulanmaktadır. Çalışma ayrıca, bu politika müdahalelerinin ülke bağlamında nasıl oluştuğunu daha iyi anlamak için ek araştırmalara ihtiyaç duyulduğunu belirtmektedir.

Gallardo de León, Ponciano Nuñez ve Calderón Santos (2024) tarafından gerçekleştirilen araştırma, Guatemala'nın Quetzaltenango bölgesinde, Uluslararası Paralimpik Komitesi (IPC) standartlarına uygun engelli bireylerin paralimpik spor uygulamalarında karşılaştıkları kısıtlayıcı etkenleri nitel bir vaka çalışması olarak incelemiştir. Yaşları 18 ile 52 arasında değişen, goalball, para atletizm ve boccia branşlarında aktif veya aktif olmayan 13 sporcu

ile yarı yapılandırılmış mülakatlar, gözlem ve saha günlüğü kullanılarak araştırma yürütülmüştür. Elde edilen veriler, antrenör eksikliği, yetersiz mali kaynaklar ve spor alanlarına erişimdeki zorlukların ana kısıtlayıcı faktörler olduğunu göstermiştir. Bu çalışma, Quetzaltenango'daki paralimpik hareketin geleneksel sporcular için eşit erişim koşullarını henüz sağlamadığını ortaya koymaktadır.

Yang, Xu ve Le (2024) tarafından yapılan araştırma, Çinli sporcuların performanslarını etkileyen önemli faktörler arasındaki ilişkileri derinlemesine incelemiştir. Araştırmada kültürel değerlerin, antrenman yoğunluğunun, beslenme alışkanlıklarının, öz yeterlik seviyesinin ve koçluk kalitesinin spor performansı üzerindeki etkileri ele alınmıştır. Bandura'nın sosyal bilişsel teorisi ve kültürel psikoloji perspektifi ile oluşturulan model, 880 sporcudan elde edilen anket verileri ile test edilmiştir. Yapısal Eşitlik Modellemesi (SEM) analizleri, özellikle koçluk kalitesinin ($\beta = 0.62$), antrenman yoğunluğunun ($\beta = 0.55$), öz yeterliliğin ($\beta = 0.57$), beslenmenin ($\beta = 0.42$) ve sporcu esenliğinin ($\beta = 0.48$) spor performansını olumlu ve anlamlı bir şekilde etkilediğini göstermiştir. Araştırma sonuçları, sporcuların performans güvenlerinin, bu faktörlerin etkileşimiyle güçlendiğini ortaya koymaktadır. Özellikle koçluk kalitesi, sadece teknik yönlendirme değil, aynı zamanda sporcuların motivasyonları ve inanç sistemleri üzerinde de belirleyici bir rol oynamıştır. Ayrıca kültürel değerlerin, bu ilişkilerin gücünü belirlediği ve performans sonuçlarının kültürel bağlamdan bağımsız olarak değerlendirilemeyeceği belirtilmiştir. Sonuç olarak, bu çalışma Çinli sporcuların başarısının sadece fiziksel antrenmanlardan değil, aynı zamanda kültürel unsurlardan, psikolojik kaynaklardan, beslenme davranışlarından ve etkili koçluk süreçlerinden de kaynaklandığını vurgulamakta ve bütüncül bir gelişim stratejisinin önemine dikkat çekmektedir.

Yukarıda bahsedilen araştırma bulgularına göre, nitelikli antrenör eksikliği ve teknik bilgi yetersizliği, Paralimpik sporcuların performansını olumsuz yönde etkileyen başlıca sebepler arasındadır. Antrenörlerin bu alanda yeterli eğitim alması, sporcuların gelişimi ve sürdürülebilir başarıları açısından son derece önemlidir.

Toplumsal Algı Alt Temasını oluşturan “Profesyonellik Algısı Eksikliği” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “profesyonellik algısı eksikliği” kategorisinde “rehabilitasyon aracı” ve “tesadüfi başlangıç” olmak üzere iki kod belirlenmiştir

Ergin (2021), paralimpik sporcuların spor yaparken yaşadıkları zorlukları tespit etmek ve çözüm önerilerini incelemek amacıyla bir çalışma yapmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniğiyle toplanan veriler, Kartopu Örnekleme yöntemiyle seçilmiş 12 farklı branşta sporcu ile gerçekleştirilmiş ve içerik analizi ile değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonuçları, sporcuların bireysel olarak motivasyon eksikliği ve maddi kısıtlamalar gibi sorunlarla karşılaştıklarını ortaya koymuştur. Çevresel engeller ise ulaşımında yaşanan zorluklar, yetersiz spor alanları, spor ekipmanlarının eksikliği, bilgi eksiklikleri ve işyerlerinden izin alınamaması gibi şekillerde karşımıza çıkmıştır. Katılımcılar, bu sorunların üstesinden gelinmesi için kamu kurumlarının mali destek sağlaması, spor altyapısının güçlendirilmesi, ekipman desteği ve bakımının sağlanması, toplumda engellilik konusunda farkındalık oluşturulması ve iş yerlerinde sporculara yasalarla izin verilmesi gerektiğini belirtmişlerdir. Araştırma, paralimpik sporculara yönelik destekleyici policyaların geliştirilmesi ve hukuki düzenlemelerin yapılmasının önemini vurgulamaktadır.

Guebli, Reguieg, Sba, Erkmen ve De Holanda (2020) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, engelli bireylerin spor performanslarını artırmaya ve egzersiz yapmalarına yönelik teknoloji geliştirme teşvikleri etrafında farklı unsurlar incelenmiştir. Bu çalışmada, bazı paralimpik sporlar özelinde psikolojik ve teknolojik faktörler üzerinde durulmuş; psikolojik motivasyonlar, sosyal etkileşimler, sağlık, teknolojideki yenilikler ve paralimpik sporcular için performans ölçüm yöntemleri tartışılmıştır. Araştırma, bu alandaki önceki çalışmalar ve farklı düzeylerdeki gelişmeler ışığında gerçekleştirilmiş, bu gelişmelerin engelli elit sporcuların ulusal ve uluslararası başarıları ile olan ilişkisi değerlendirilmiştir. Bulgular, engelli sporcuların eğitim, teknoloji kullanımı, rekabetçilik duygusu ve yaratıcılık sayesinde dijital performans açısından engelli olmayan sporcularla olan uçurumu azaltmaya çalıştıklarını göstermektedir. Ancak, Cezayir’de bu yeni teknolojilerin kullanılmasındaki gecikme, bu grubun spora katılımını ve topluma gerçek bir entegrasyonunu zorlaştırmaktadır.

Oggero, Puli, Smith ve Khasnabis tarafından 2021 yılında gerçekleştirilen araştırmada, son altmış yılda Paralimpik Oyunlara dünya genelinde katılımın artmasına rağmen, coğrafi ve cinsiyet temelli temsilde, yardımcı teknolojiye erişimde ve madalya başarılarında süregelen eşitsizlikler gündeme getirilmiştir. Yaz Paralimpik Oyunlarındaki katılım ve başarılar, gelir durumu, cinsiyet ve yardımcı ürün gerektiren branşlar açısından değerlendirilmiştir. Kamuya

açık verilerin analizi neticesinde, yüksek gelirli ülkelerin, düşük ve orta gelirli ülkelere oranla daha fazla sporcu gönderdiği ve daha yüksek başarılar elde ettiği tespit edilmiştir. Kadın sporcuların oranı yaklaşık yüzde 29 civarındadır ve erkek sporcularla arasında belirgin bir fark bulunmaktadır. Özellikle yardımcı teknolojiye ihtiyaç duyan branşlarda, düşük ve orta gelirli ülkelerin katılım ve başarı anlamında önemli eksiklikleri olduğu görülmüştür. Araştırma, Paralimpik Oyunlarda daha adil bir katılım ve başarı sağlamak amacıyla, kadınlar, düşük gelirli ülkeler ve kaliteli yardımcı ürünlere erişimi olmayan sporcuların karşılaştığı engellerin ele alınması gerektiğinin altını çizmektedir.

Vural, Karadağ, Ay Yıldız ve Doğanay tarafından 2025 yılında gerçekleştirilen bu çalışmada, beden eğitimi ve spor öğretmenliği programı öğrencilerinin paralimpik sporlara dair farkındalık düzeyleri araştırılmıştır. Üç farklı devlet üniversitesinden 418 gönüllü öğrencinin katılım gösterdiği çalışmada, "Paralimpik Sporlar Farkındalık Ölçeği" ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, cinsiyet ve sınıf düzeyinin paralimpik bilgi, ilgi ve genel farkındalık üzerinde kayda değer bir etkisi olmadığı, ancak engelli öğrencilere öğretmenlik yapma deneyimi olan bireylerin paralimpik bilgi ve farkındalık düzeylerinin belirgin şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, yaş ile paralimpik bilgi ve genel farkındalık arasında düşük seviyeli pozitif bir ilişki gözlemlenmiştir. Sonuç olarak, paralimpik spor farkındalığının, yaş ve engelli bireylerle etkileşim tecrübesi ile sınırlı bir ölçüde arttığı, cinsiyet ve eğitim yılı gibi faktörlerin ise anlamlı bir etkisinin bulunmadığı gösterilmiştir.

Bu çerçevede, paralimpik sporcuların spora başlama süreçlerinde motivasyon eksikliği ve bu başlangıçların çoğunlukla şansa bağlı olması, spor yaşamlarında süreklilik ve başarı üzerinde olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir. Sporcuların başlangıç motivasyonlarının ve sporla devamlılıklarının artırılması amacıyla bilinçlendirme ve destek programlarının oluşturulması elzemdir. Bu durum, sporun yalnızca bir rehabilitasyon aracı olarak görülmesinin ötesine geçilmesi ve sporun bir yaşam tarzı olarak benimsenmesi yönünde ele alınmalıdır.

Organizasyonel Sorunlar Alt Temasını oluşturan “Fiziksel Erişilebilirlik” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “fiziksel erişilebilirlik” kategorisinde “engelli uyumlu tesis eksikliği ” ve “ulaşım zorlukları” olmak üzere iki kod belirlenmiştir

Ayan ve Ergin (2017), özel gereksinimleri olan bireylerin fiziksel aktivitelerde yer almasını etkileyen dört ana unsurun, kişisel, sosyal, çevresel ve diğer sınırlayıcı faktörler olduğunu ifade etmiştir. Yapılan literatür taraması, ekonomik yetersizlikler (ulaşım ve ekipman masrafları) ile ulaşım problemlerinin katılıma en fazla engel olan unsurlar arasında olduğunu göstermektedir. İncelenen 26 makale ve 3 tez, yurtdışında bu konuda kapsamlı araştırmalar yapıldığını, ancak Türkiye’de çalışmaların oldukça sınırlı olduğunu ortaya koymaktadır. Bu araştırma, özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivitelere erişimlerini artırmak için bilimsel çalışmalara ve politikaların geliştirilmesine ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir. Ayrıca, tespit edilen 44 farklı engelin ilgili kurumlar tarafından ortadan kaldırılmasıyla katılımın daha etkin hale getirilebileceği belirtilmiştir.

Engelli dostu tesislerin eksikliği ile ulaşım zorlukları, paralimpik sporcuların antrenman ve müsabakalara sürekli olarak katılmalarını kısıtlayan başlıca engellerdir. Bu engeller, sporcuların performansının gelişmesini olumsuz etkileyerek, motivasyon kaybı ve spor ile ilişkilerinin zayıflamasına yol açmaktadır. Bu nedenle, erişimi kolay tesislerin yaygınlaştırılması ve ulaşım hizmetlerinin engelli bireylerin gereksinimlerine uygun hale getirilmesi, paralimpik sporcuların spor yaşamlarında sürekliliğin sağlanması açısından son derece önemlidir.

Kurumsal Destek Alt Temasını oluşturan “Finansal Mekanizmalar” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “finansal mekanizmalar” kategorisinde “sponsorluk eksikliği” ve” erken dönem destek yetersizliği” olmak üzere iki kod belirlenmiştir

Hong ve Minikin (2023) tarafından gerçekleştirilen bu araştırma, dünya çapındaki yüksek performans sergileyen sporcular için Kariyer Destek Programlarını (CAP) kapsamlı bir şekilde ele almıştır. Beş kıtadan 23 spor derneğini inceleyen çalışma, bu programların erişim düzeyi, amaçları, içerikleri, uygulayıcı eğitimi ve değerlendirme süreçlerine odaklanmaktadır. Sonuçlar, mevcut programların yüksek performans sergileyen sporculara destek sağladığını ancak belirli bir performans seviyesinin altında kalan sporcular için yeterli yardım mekanizmalarının bulunmadığını ortaya koymaktadır. Araştırma, spor organizasyonlarının başarılı uygulamaları paylaşarak CAP’leri iyileştirmeleri ve tüm sporculara kariyer desteği verecek kapsayıcı politikalar geliştirmeleri gerektiğini vurgulamaktadır.

Beldame, Joncheray, Duquesne ve Richard (2023), Paralimpik sporcuların sponsorlarla olan ilişkileri ile kendilerini çeşitli şekillerde sunma yöntemleri arasındaki bağı incelemiştir. Yapılan görüşmelerde, tüm sporcuların ilham verici figürler olarak algılanmadığı, sponsor kararlarında belli kriterlerin etkili olduğu ve bazı sporcuların olumsuz algılarla karşılaştığı tespit edilmiştir. Ayrıca, sponsorların tanınırlık beklentilerinin ableist boyutlarının olduğunu ve bu durumun bazı Paralimpik sporcuları görünmez kıldığı belirtilmiştir. Sonuç olarak, Paralimpik sporcuların sponsorlara erişimlerinde ilhamdan kaynaklanan eşitsizliklerin bulunduğu ortaya çıkmıştır.

Yukarıda bahsedilen çalışmalar ışığında, kariyer destek programları ve sponsorluk alanlarındaki yetersizlikler, Paralimpik sporcuların gelişimi ve sürdürülebilir başarıları önünde önemli engeller oluşturmaktadır. Bu nedenle, kariyer destek mekanizmalarının ve sponsorluk fırsatlarının artırılması gereklidir.

5.2. Psikososyal Engeller

Çalışmanın bu bölümünde araştırma sonucunda elde edilen “Psikososyal Engeller” ana teması ve ortaya çıkan alt temalar olan “Psikolojik Engeller, Sosyal İzolasyon” tartışılmıştır.

Psikolojik Engeller Alt Temasını oluşturan “Stres Yönetimi” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “stres yönetim” kategorisinde “yarışma stresi” ve “özgüven eksikliği” olmak üzere iki kod belirlenmiştir

Jefferies, Gallagher ve Dunne (2012) tarafından gerçekleştirilen bu sistematik inceleme, Paralimpik sporcuların psikososyal iyi oluşu ve özellikleriyle ilgili mevcut literatürü değerlendirmiştir. CINAHL, ISI Web of Science, MEDLINE, PsycINFO ve SportsDiscus veri tabanlarıyla gerçekleştirilen tarama neticesinde toplam 16 çalışma gözden geçirilmiştir. Bulgular, sporcuların katılım motivasyonları, zihinsel imgeler, stresle başa çıkma yöntemleri, kişilik özellikleri, diğer engelli sporculara yönelik tutumlar, doping hakkında bilgi ve tutumlar ile emekliliğe geçiş konularını kapsamaktadır. Literatürdeki sınırlılık ve dağınıklığa rağmen, psikososyal profilin fizyolojik ve teknolojik verilerle birlikte yüksek performans ve sporcu refahını artırma konusunda önemli katkılar sağlayabileceği vurgulanmıştır.

Dehghansai, Pinder, Baker ve Renshaw (2021) tarafından gerçekleştirilen bu çalışma, Tokyo Paralimpik Oyunları'na hazırlanan yedi Avustralyalı sporcu ile beş antrenörün karşılaştığı zorlukları ve bu zorluklarla başa çıkma yöntemlerini araştırmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşmelerin yanı sıra tematik analiz yöntemi uygulanmıştır. Araştırmada, bütçe sınırlamaları, merkezi olmayan antrenman sistemleri ve çeşitli engel türleri gibi sporla ilgili zorlukların yanı sıra, şehir değişikliği, eğitim ve kariyer erteleme ve sosyal isolation gibi kişisel yaşam sorunları tespit edilmiştir. Ek olarak, COVID-19 pandemisi ve onun getirdiği belirsizlikler, sporcularla antrenörler için fazladan stres kaynakları olarak ortaya çıkmıştır. Katılımcılar, bu zorlukları öngörme, hazırlıklı olma ve beklentileri yönetme yöntemleriyle aşmaya çalışmıştır. Sporcu ve antrenör arasındaki güven ile iletişim, bireylerin ihtiyaçlarına uygun destek sağlamak için hayati bir öneme sahiptir. Çalışma, büyük spor organizasyonlarına hazırlık sürecindeki engellerin en aza indirilmesi ve oyunlar öncesi ve sonrasında destek yapılarının geliştirilmesi adına pratik öneriler sunmaktadır.

Yarışma kaygısı ve özgüven eksikliği, Paralimpik sporcuların performansını olumsuz etkileyen önemli psikolojik faktörler arasında yer almakta ve bu alanlardaki müdahaleler ile destek mekanizmalarının sporcuların performansını artırmada kritik bir önem taşıdığı belirtilebilir.

Sosyal İzolasyon Alt Temasını oluşturan “Toplumdan Dışlanma Korkusu” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “toplumdan dışlanma korkusu” kategorisinde “acınacak varlık” algısı " ve " kötü bakışlar ve yorumlar" olmak üzere iki kod belirlenmiştir.

Yılmaz Anatca ve Yılmaz (2019) tarafından gerçekleştirilen araştırma, engelli sporcuların yaşadıkları deneyimleri Bourdieu'nün habitus, sermaye ve alan kavramları üzerinden inceleyerek Paralimpik spor alanındaki eşitsizlikleri ve ayrımcılıkları göz önüne sermektedir. Çalışma, engelli bireylerin spor dünyasında yaşadıkları zorlukların, sosyal sermayelerinin kısıtlılığı ve cinsiyetle engellilikten kaynaklanan ikili dezavantajlar sebebiyle daha da arttığını ortaya koymuştur. Sporun dönüştürücü etkisi ve engelli sporcuların alanda görünür kılınması önemli olsa da, ayrımcılık ve dışlanma deneyimleri bu sporcuların hareket özgürlüklerini kısıtlamaktadır. Beldame, Joncheray, Duquesne ve Richard (2023) ise Paralimpik sporcuların sponsorluk süreçlerindeki deneyimlerini ele

olarak, sponsorların kararlarında sporcuların ilham verici figürler olarak görülmesinin önemli bir rol oynadığını belirtmiştir. Bununla birlikte, bazı sporcuların acıma temalı olumsuz algılarla karşılaştığı ve bu durumun onların sponsorluk erişimlerini engellediği vurgulanmıştır. Ayrıca, sponsorların tanınma beklentilerinin ableist boyutlarının incelenmesiyle, buna bağlı olarak bazı Paralimpik sporcuların görünmez kaldığı ifade edilmiştir. Maalesef, acınacak varlık algısı ve olumsuz yorumlar, engelli sporcuların toplumsal algı ve etkileşimlerinde karşılaştıkları başlıca psikososyal güçlüklerdir. Bu olumsuz stereotipler, spor alanındaki eşitsizliklerin devam etmesine ve sponsorluk gibi önemli destek mekanizmalarına erişimde de ayrımcılığa neden olmaktadır. Bu nedenle, engelli bireylerin spor alanındaki tam katılımı ve görünürlükleri açısından bu olumsuz algıların dönüştürülmesi oldukça önemlidir.

5.3. Motivasyon ve Dönüşüm

Çalışmanın bu bölümünde araştırma sonucunda elde edilen “motivasyon ve dönüşüm” ana teması ve ortaya çıkan alt temalar olan “özgüven artışı, sosyal algı değişimi” tartışılmıştır.

Özgüven Artışı Alt Temasını oluşturan “Özgüven Artışı” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “özgüven artışı” kategorisinde “yapabilirim” inancı” ve” sosyal katılım cesareti” olmak üzere iki kod belirlenmiştir.

Telepbergen ve Ermiş (2024) tarafından gerçekleştirilen bu araştırma, sporun engelli bireylerin sosyal yeteneklerinin geliştirilmesi üzerindeki etkilerini incelemiştir. Elde edilen sonuçlar, takım sporlarının sosyal etkileşimi ve iş birliğini artırdığını, bireysel sporların ise özgüveni güçlendirerek sosyal iletişimi desteklediğini ortaya koymuştur. Ayrıca, toplumun engelli sporculara karşı olumlu tutumlarının, spor aracılığıyla geliştiği tespit edilmiştir. Nihayetinde, engelli bireylerin sosyal yaşama katılımını artırmak ve sosyal önyargıları azaltmak adına sporun etkili bir araç olduğu ve bu bağlamda politika ve programların oluşturulması gerektiği belirtilmektedir.

Özay (2019) tarafından gerçekleştirilen araştırma, bedensel engelli bireylerin toplumsal yaşama katılımında sporun rolünü incelemiştir. İstanbul'daki dört kulüpte spor yapan 32 bedensel engelli ile yapılan bu çalışmada, sporun sosyal rolleri yerine getirme, günlük yaşamda aktif olma ve toplumsal kimlik geliştirme konularında belirgin katkılar

sağladığı belirlenmiştir. Katılımcılar, spor aracılığıyla kendilerini toplumda daha görünür ve işlevsel hissettiklerini dile getirmiştir. Bu bulgular, sporun engelli bireylerin topluma entegrasyonunda önemli bir araç olduğunu göstermektedir. Her iki çalışma da sporun engelli bireylerde özgüven ve yeterlilik hissini artırdığını göstermektedir. Spor sayesinde kazanılan “yapabilirim” inancı, bireylerin kendilerini daha güçlü ve yeterli hissetmelerine zemin hazırlamaktadır. Bu durum, sosyal katılım cesaretini artırarak, engelli bireylerin toplumda daha aktif, etkili ve kendine güvenli bir şekilde yer almasını sağlamaktadır. Bu nedenle, sporun hem bireysel gelişim hem de sosyal entegrasyon için kritik bir araç olduğu söylenebilir.

Sosyal Algı Değişimi Alt Temasını oluşturan “Sosyal Algı Değişimi” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “sosyal algı değişimi” kategorisinde “önyargıların kırılması “ve” statü artışı” olmak üzere iki kod belirlenmiştir.

Silva ve Howe (2018) tarafından gerçekleştirilen bu araştırma, parasporun toplumsal güçlenme ve farklılıkların özgürleştirici bir perspektifle ele alınmasındaki önemine odaklanmaktadır. Engellilik alanındaki çalışmalar üzerinden, engelli bireyler üzerindeki "yetiyeti" (ableist) ideolojisinin etkileri incelenmiştir. Araştırmada, farklılıkların inkâr edilmesi yerine tanınmasının ve değer görmesinin gerekliliği vurgulanmakta; bu yaklaşımın paraspor uygulamaları bağlamında çeşitliliği teşvik eden bir kültürün oluşumuna katkıda bulunacağı savunulmaktadır. Böyle bir kültürün, daha geniş bir toplumsal özgülleşmenin temelini atabileceği ifade edilmektedir. Sonuç olarak, farklılıkların kabulü, paraspor kültürlerinin engelli bireyler için olumlu sosyal değişimi desteklemesinde hayati bir koşul olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bu çerçevede, parasporun engelli bireylerin toplumsal algılarını değiştirerek önyargıların azalmasına ve bu kişilerin sosyal statülerinin önemli ölçüde yükselmesine fırsat tanıdığı belirtilebilir; böylelikle paraspor, toplumsal kapsayıcılık ve güçlenme süreçlerinde önemli bir araç olarak görev yapmaktadır.

5.4. Destek Sistemleri

Çalışmanın bu bölümünde araştırma sonucunda elde edilen “destek sistemleri” ana teması ve ortaya çıkan alt temalar olan “aile desteği, antrenör katkısı” tartışılmıştır.

Aile Desteği Alt Temasını oluşturan “Manevi ve Maddi Destek” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “manevi ve maddi destek” kategorisinde “taşıma/ulaşım desteği " ve” motivasyon sağlama” olmak üzere iki kod belirlenmiştir.

Tekkurşun-Demir ve İlhan (2020) tarafından yapılan bu çalışma, Türkiye’de Bedensel, İşitme ve Görme Engelliler Spor Federasyonlarına bağlı lisanslı engelli sporcuların spor yapma motivasyonlarını araştırmıştır. Nicel bir yöntemle gerçekleştirilen çalışmaya 303 sporcu katılım göstermiştir. Elde edilen veriler, bedensel engelli sporcuların genel motivasyon seviyelerinin en yüksek olduğunu; milli sporcuların dış motivasyon oranlarının, milli olmayanlardan önemli ölçüde fazla bulunduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, yaş ilerledikçe motivasyonsuzluk durumunun azaldığı belirlenmiş; işitme engelli kadınların, erkeklerle karşılaştırıldığında hem iç hem de dış motivasyon bakımından daha yüksek bir güdülenme seviyesine sahip oldukları görülmüştür. Bedensel engelli sporcular için motivasyonun temel kaynağı fiziksel gelişimken, görme engelli sporcularda sporun özgürleştirici etkisi öne çıkmıştır. İşitme engelli bireylerde ise diğer gruplara kıyasla motivasyonsuzluğun daha belirgin olduğu saptanmıştır. Genel çerçevede, milli sporcu olmanın ve bedensel engelli olmanın motivasyonu artırıcı faktörler olduğu vurgulanmaktadır; bireyin yaşının motivasyon ile anlamlı bir ilişki yaratmadığı ancak spor yaşının önemli bir etki yarattığı tespit edilmiştir.

Laras Fatahara, Umar, Hidayatullah ve Riyadi (2025) tarafından gerçekleştirilen bu sistematik literatür incelemesi, Paralimpik sporun finansal destek, altyapı sorunları, karşılaşılan zorluklar ve teknolojik ilerlemeler açısından gelişimini ele almıştır. Araştırma sonuçları, engelli sporcuların düşük gelirler ve ulaşım problemleri nedeniyle altyapı eksiklikleri yaşadıklarını göstermiştir. Sporcuların etkili bir şekilde iletişim kurmaları, planlama yapmaları ve antrenörlerine güven duymaları gibi stratejiler geliştirmelerinin önemi vurgulanmıştır. Teknolojik yenilikler arasında tekerlekli sandalyenin ergonomik tasarımının performansa katkısı, e-Sağlık uygulamaları ile yaralanma takibi ve engelli sporculara yönelik fitness analizleri öne çıkmaktadır. Sonuç olarak, Paralimpik sporun gelişimi ile birlikte finansal ve altyapı desteklerinin arttığı ve bunun finansmanda bir artış sağladığı ifade edilmiştir.

Her iki çalışma, engelli sporcuların spor hayatlarındaki motivasyon ve altyapı gereksinimlerine dikkat çekmekte ve ulaşım desteği ile motivasyon sağlama konularının önemini vurgulamaktadır. Bu bağlamda, engelli bireylerin spor faaliyetlerine katılımını artırmak ve sürdürülebilir hale getirmek için hem motivasyonel desteklerin hem de ulaşım ve altyapı hizmetlerinin güçlendirilmesi gerektiği ifade edilmektedir.

Antrenör Katkısı Alt Temasını oluşturan “Motivasyonel Liderlik” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “motivasyonel liderlik” kategorisinde “teknik rehberlik” ve “olumlu geri bildirim” olmak üzere iki kod belirlenmiştir

Dehghansai, Lemez, Wattie, Pinder ve Baker (2020) tarafından gerçekleştirilen bu araştırma, Paralimpik sporcuların gelişim süreçlerini anlamak amacıyla Newell’in kısıtlamalar modeline ve çok yönlü spektrumuna dayanan bütünsel bir yaklaşım öneriyor. Makale, bireysel, görev ve çevresel kısıtlamaların nasıl etkileşimde bulunduğunu inceleyerek, bu dinamik unsurların sporcuların gelişimindeki rolünü ortaya koyuyor. Paraspor alanına özgü incelikleri de kapsayan bu model, antrenörler ve uygulayıcılar için sporcu gelişimini değerlendirme ve planlama aşamasında yardımcı olmakta. Bu bağlamda, kısıtlamaların farklı zaman dilimlerinde dikkate alınması ve temel sorunların belirlenerek gelişim fırsatlarının en üst düzeye çıkarılması önemlidir. Çalışma, sporcuların bireysel ve çevresel niteliklerine uygun, bağlama dayalı bir gelişim modeli sunarak paraspor antrenörlerine hem pratik hem de teorik destek sunmaktadır.

Teknik yönlendirme ve olumlu geribildirim, sporcuların yeteneklerini geliştirmede kritik bir yere sahiptir; etkili yönlendirme doğru hareketlerin öğrenilmesini sağlarken, yapıcı ve teşvik edici geribildirim motivasyonu artırarak öğrenme sürecinin kalıcılığını destekler.

5.5. Farkındalık ve Katılım

Çalışmanın bu bölümünde araştırma sonucunda elde edilen “farkındalık ve katılım” ana teması ve ortaya çıkan alt temalar olan “toplumsal katılım, farkındalık artırma” tartışılmıştır.

Toplumsal Katılım Alt Temasını oluşturan “Etkinlikler ve Kampanyalar” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “etkinlikler ve kampanyalar” kategorisinde “avm etkinlikleri” ve” şirket sponsorlukları” olmak üzere iki kod belirlenmiştir.

Çınarlı ve Ersöz (2010) tarafından gerçekleştirilen bu araştırma, engellilere sunulan spor hizmetlerinin geliştirilmesi amacıyla sponsorluk uygulamalarının artırılması gerektiğini ve firmalar açısından bu sponsorlukların daha çekici hale getirilmesinin önemine dikkat çekmektedir. Çalışmada, engelli bireylerin spor yapma hakkına dair yasal düzenlemeler araştırılmış ve mevcut durum değerlendirilmiştir. Özellikle sponsorluk faaliyetlerine ilişkin sunulan vergi teşviklerinin yetersiz kalması ön plana çıkarılmıştır. Firmaların engelli sporlarına sponsorluk yapma konusundaki isteksizliklerinin en önemli sebeplerinden birinin teşviklerin çekici olmaması olduğu ifade edilmiştir. Bu nedenle, engelli spor organizasyonlarının daha etkin bir şekilde desteklenebilmesi için firmalar adına güçlü ve hedef odaklı vergi düzenlemelerinin geliştirilmesi önerilmektedir.

Bu çerçevede, engelli sporlarının sürdürülebilir gelişimi için alışveriş merkezi etkinliklerinin ve şirket sponsorluklarının artırılması, firmalara yönelik cazip vergi teşvikleri ile desteklenmeli ve bu sayede toplumsal farkındalıkla birlikte kaynakların verimli kullanımı sağlanmalıdır.

Farkındalık Arttırma Alt Temasını oluşturan “Eğitim Programları” kategorisine ilişkin tartışma: Yapılan araştırma kapsamında “eğitim programları” kategorisinde “okul müfredatına entegrasyon” ve” medya temsili” olmak üzere iki kod belirlenmiştir.

Üstündağ (2024) tarafından gerçekleştirilen bu çalışmada hem uluslararası alanda hem de Türkiye'deki spor projelerinin engelli çocukların toplumsal entegrasyon süreçlerine olan etkileri araştırılmıştır. Belge inceleme yöntemi kullanılarak yapılan bu çalışma, ilgili kaynaklardan temin edilen verilerin analizine dayanmaktadır. Türkiye'de engelli bireylerin büyük bir bölümünü çocuk ve gençlerin oluşturması nedeniyle, engelli olmanın günlük yaşam üzerindeki kısıtlayıcı etkileri göz önünde bulundurularak, erken yaşta sunulan özel eğitim ve spor etkinliklerinin sosyal entegrasyon açısından önemi vurgulanmaktadır. Araştırmada, sporun yalnızca fiziki gelişime değil, aynı zamanda bireyin sosyal ve duygusal büyümesine de katkıda bulunduğu ifade edilmiştir. Toplumda düzenlenen etkinlikler ve destekleyici yaklaşımlar, engelli bireylerin algısının değişiminde önemli bir rol

oynamaktadır. Ancak, erişilebilirlik sorunları, toplumsal farkındalık eksikleri ve sınırlı destek ağları gibi yapısal engeller, özellikle gelişmekte olan ülkelerde engelli bireylerin sosyal uyumunu zorlaştırmaktadır. Engelli bireylere uygun hale getirilen spor tesisleri ve spor eğitimi alan öğrencilerin projelere aktif katılımları, empati ve toplumsal duyarlılık açısından önemli fırsatlar sunmaktadır. Bu doğrultuda, spor bilimleri müfredatında engelli bireylerin deneyimlerinin yer alması, bilinçli nesillerin yetişmesine yardımcı olabilir. İncelenen projeler, engelli çocukların fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimlerini desteklemeyi, hareket yeteneklerini artırmayı ve toplumsal yaşama daha etkin katılımlarını sağlamayı hedeflemektedir. Sonuç olarak, spor projeleri, engelli çocukların toplumsal uyumunu artıran etkili bir araç olarak öne çıkmakta; fakat projelerin etkili olabilmesi için erişilebilirliğin artırılması, toplumsal bilinç düzeyinin yükseltilmesi ve paydaşlar arasındaki iş birliğinin güçlendirilmesi gerekmektedir.

Öner ve Bingöl (2024) tarafından gerçekleştirilen bu araştırma, Paralimpik Oyunların görünürlüğünün spor yönetimi üzerindeki etkilerini incelemeyi hedeflemektedir. Belge inceleme yöntemiyle yürütülen araştırmada, akademik makaleler, tezler, medya kaynakları ve Türkiye Paralimpik Komitesi'nin resmi verileri kapsamlı bir şekilde değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, Paralimpik Oyunların engelli bireylerin toplumsal görünürlüğünü ve sosyal entegrasyonunu artırmada önemli bir enstrüman olduğunu ve spor yönetiminin bu süreçte hayati bir rol oynadığını göstermektedir. Katılımcı ülke ve sporcu sayısındaki artış, Paralimpik hareketin global etkisinin genişlediğini ve sosyal gelişimi desteklediğini ortaya koymaktadır. Türkiye'nin Paralimpik Oyunlarındaki artan katılımı, engelli bireylerin hem sosyal uyumunu hem de uluslararası alandaki görünürlüğünü güçlendirmektedir. Ancak, medya temsiline cinsiyete dayalı ayrımcılık ve yetersizlik gibi sorunların sürmekte olduğu gözlemlenmektedir. Spor yönetimi, Paralimpik Oyunlar için destek sağlamak, eşit medya temsili oluşturmak ve toplum bilincini yükseltmek bakımından hayati bir öneme sahiptir. Katılımın artması, engelli bireylerin spor aracılığıyla sosyal bütünleşmelerini teşvik ederek toplumsal kabulü artırmaktadır.

Engelli sporlarının okul müfredatına eklenmesi ve medya temsiline geliştirilmesi, engelli bireylerin toplumsal kabulü ile toplumsal farkındalığın artırılması açısından büyük bir rol oynamaktadır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Paralimpik spor, engelli bireylerin yalnızca fiziksel rehabilitasyon süreçlerini desteklemekle kalmayıp, onların toplumsal entegrasyonunu sağlayan ve profesyonel bir kimlik kazanmalarına olanak tanıyan çok boyutlu bir süreçtir. Bu doğrultuda sporun, özellikle fiziksel ve psikososyal zorluklarla mücadele eden bireylerde özgüven inşası, sosyal statü kazanımı ve önyargıların kırılması noktasında performansı destekleyici temel bir unsur olduğu görülmektedir. Sporcuların kariyer yolculuklarında karşılaştıkları yapısal, ekonomik ve sosyal engeller, onların hem sportif gelişimlerini hem de psikolojik dayanıklılıklarını doğrudan etkilemektedir. Dolayısıyla paralimpik sporun sürdürülebilirliği; fiziksel erişilebilirlik, ekonomik destek ve psikososyal motivasyonun entegre biçimde sağlandığı bir ekosisteme bağlıdır.

Araştırma sonucunda, paralimpik sporcuların spora başlama ve devam ettirme süreçlerinde en belirleyici faktörün yapısal engeller olduğu gözlemlenmiştir. Antrenman tesislerinin engelli erişimine uygun olmaması, ulaşım sorunları ve yüksek ekipman maliyetleri, sporcuların performans gelişimini sınırlayan birincil değişkenler olarak öne çıkmaktadır. Özellikle teknik donanım ve yardımcı teknoloji gerektiren branşlarda, maddi destek yetersizliğinin performansı doğrudan etkilediği söylenebilir. Bu durum, paralimpik sporda başarının sadece bireysel yeteneğe değil, sunulan imkanların niteliğine de sıkı sıkıya bağlı olduğunu göstermektedir. Ayrıca, nitelikli antrenör eksikliği ve teknik bilgi yetersizliği de sporcuların potansiyellerini tam olarak ortaya koymalarını engelleyen önemli unsurlar arasında yer almaktadır.

Psikososyal boyut açısından bakıldığında ise, sporun engelli bireyler üzerinde dönüştürücü bir etkisi olduğu tespit edilmiştir. Başlangıçta yaşanan "toplumdan dışlanma korkusu" ve "acıacak birey algısı", sporla birlikte yerini "yapabilirim inancına" ve "saygın bir sporcu kimliğine" bırakmaktadır. Ancak bu dönüşümün gerçekleşebilmesi için aile desteği ve antrenörün motivasyonel liderliğinin kritik bir rol oynadığı anlaşılmaktadır. Ailelerin manevi desteği ve antrenörlerin sporcuyu psikolojik olarak hazırlaması, performansın istikrarlı bir şekilde sergilenmesine katkı sağlamaktadır. Buna karşın, toplumsal farkındalığın düşük olması ve sponsorluk desteklerinin yetersizliği, sporcuların motivasyonunu olumsuz etkileyen dışsal faktörler olarak varlığını sürdürmektedir.

Sonuç olarak, bu çalışmanın bulguları, paralimpik sporcuların başarısının bireysel çaba ile kurumsal desteğin birleşimine dayandığını ortaya koymaktadır. Sporun, engelli bireyin üzerindeki "yardıma muhtaç" etiketini söküp atarak yerine "başarılı sporcu" kimliğini inşa ettiği görülse de, bu etkinin kalıcı olması ve sportif başarının artması için yapısal sorunların çözüldüğü, daha sistematik ve devlet destekli politikalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Araştırmanın bulgularına dayanarak aşağıdaki öneriler sunulabilir:

- Tesis ve Erişim Standartları: Mevcut spor tesislerinin mimari yapıları, yalnızca fiziksel erişim (rampa, asansör) açısından değil, kullanım ergonomisi (soyunma odaları, duşlar) açısından da evrensel tasarım ilkelerine göre revize edilmelidir. Yeni yapılacak tesislerde paralimpik branşlara uygunluk bir zorunluluk haline getirilmelidir.
- Ekonomik Destek Mekanizmaları: Paralimpik sporcuların kullandığı yüksek maliyetli teknik ekipmanların (yarış sandalyeleri, protezler vb.) temini için devlet destekli fonlar oluşturulmalı ve özel sektör sponsorluklarını teşvik edici yasal vergi düzenlemeleri hayata geçirilmelidir.
- Antrenör Eğitimi ve Uzmanlaşma: Antrenörlerin yalnızca teknik bilgiye değil, aynı zamanda "engelli psikolojisi" ve "uyarlanmış spor teknikleri" konularında da yetkinliğe sahip olmaları gerekmektedir. Bu doğrultuda antrenörlük eğitim programlarına paralimpik uzmanlık modülleri entegre edilmelidir.
- Erken Yönlendirme ve Eğitim: Spora başlama süreçlerinin tesadüflere bırakılmaması adına, okul öncesi ve ilköğretim seviyesinde engelli çocuklara yönelik yetenek taramaları yapılmalı ve beden eğitimi müfredatlarına paralimpik spor farkındalığı eklenmelidir.
- Psikososyal Destek Birimleri: Spor kulüpleri ve federasyonlar bünyesinde, sporcuların yarışma stresi ve sosyal baskı ile başa çıkmalarına yardımcı olacak, engelli sporcularla çalışma konusunda deneyimli spor psikologlarının görev aldığı destek birimleri kurulmalıdır.
- Gelecek Araştırmalar: Gelecekte yapılacak çalışmalarda, sorunların daha net tespit edilebilmesi adına, farklı engel gruplarının (görme, bedensel, zihinsel) branşa özgü yaşadığı zorlukların karşılaştırmalı olarak incelendiği, daha geniş

örneklem gruplarıyla nicel ve boylamsal çalışmaların yapılması faydalı olacaktır.



KAYNAKLAR

- Açak, M. (2011). *İşitme engelli ve işitme engelli olmayan futbolcuların benlik saygıları ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Akyol, A., Bilgiç, P. ve Ersoy, G. (2008). *Fiziksel aktivite, beslenme ve sağlıklı yaşam*. Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayınları.
- Alçak, M., Ilgın, A. ve Erhan, S. (1997). *Beden eğitimi öğretmeninin el kitabı*. Malatya: Dünya Ambalaj San.
- Atasoy, T. (2016). *15-20 yaş arası bay-bayan zihinsel engelli sporculara, açık ve kapalı alanlarda uygulanan hareket eğitimi çalışmalarının, sonuçlarının karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Ayan, S. ve Ergin, M. (2017). Özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivite programlarına katılımlarını engelleyen faktörlerin incelenmesi. *Turkish Studies*, 12(25): 149–168.
- Baltacı, A. (2017). Nitel veri analizinde Miles-Huberman modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(1): 1–15.
- Beldame, Y., Joncheray, H., Duquesne, V. ve Richard, R. (2023). “They don’t really care about my results, they prefer selling my life story”: Inspirational Paralympians and sponsorship. *Communication & Sport*, 12(2): 194–209.
- Biçer, Y., Savucu, Y., Kutlu, M., Kaldırımcı, M. ve Pala, R. (2004). Güç ve kuvvet egzersizlerinin zihinsel engelli çocukların hareket beceri ve yeteneklerine etkisi. *Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi*, 3(1): 173-179.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (21. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Can, S. (2013). *Masabaşı çalışan kadınlarda fiziksel aktivite düzeyi ölçüm yöntemlerinin karşılaştırılması ve fiziksel aktiviteyi etkileyen faktörlerin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E. ve Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2): 126.
- Creswell, J. W. (2018). *Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni* (M. Bütün ve S. B. Demir, Çev. Ed.). Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Creswell, J. W. (2020). *Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni* (M. Bütün ve S. B. Demir, Çev. Ed.; 5. Baskı). Ankara: Siyasal Kitabevi.

- Creswell, J. W. ve Miller, D. L. (2000). Determining validity in qualitative inquiry. *Theory Into Practice*, 39(3): 124–130.
- Creswell, J. W. ve Plano Clark, V. L. (2015). *Karma yöntem araştırmaları tasarımı ve yürütülmesi* (Y. Dede ve S. B. Demir, Çev. Ed.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Çınarlı, S. ve Ersöz, G. (2010). Engellilere yönelik spor hizmetlerinin gelişimi açısından sponsorluk ve vergisel düzenlemelere ilişkin öneriler. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (12): 197–212.
- Dalbudak, İ. (2012). *13-15 yaş arası görme engelli sporcuların stres ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Deaflympics. (t.y.). 1924 Summer Deaflympics., [https://www.deaflympics.com/games/1924-s\(01.05.2025\)](https://www.deaflympics.com/games/1924-s(01.05.2025)).
- Dehghansai, N., Lemez, S., Wattie, N., Pinder, R. A. ve Baker, J. (2020). Understanding the development of elite parasport athletes using a constraint-led approach: Considerations for coaches and practitioners. *Frontiers in Psychology*, 11: 502981.
- Dehghansai, N., Pinder, R. A., Baker, J. ve Renshaw, I. (2021). Challenges and stressors faced by athletes and coaches leading up to the Paralympic Games. *PLoS ONE*, 16(5): e0251171.
- DİE ve Özürlüler İdaresi Başkanlığı. (2009). *Türkiye özürlüler araştırması*. Ankara: Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı Yayınları.
- Ergin, M. (2021). Paralimpik sporcuların spor yaparken karşılaştıkları sorunlara ilişkin görüşleri. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2): 189-202.
- Etikan, I. (2016). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1): 1.
- Gallardo de León, R., Ponciano Nuñez, P. ve Calderón Santos, R. (2024). Limiting factors in the practice of Paralympic sports: a case study of Quetzaltenango. *Journal of Sport and Health Research*, 16(2): 259-268.
- Guebli, A., Reguieg, M., Sba, B., Erkmen, N. ve De Holanda, F. J. (2020). The modern technology to stimulate and improve sports performance for the Paralympic athletes. *Journal of Physical Activity and Sports*, 3(2): 66–74.
- Gür, A. (2001). *Özürlülerin sosyal yaşama uyum süreçlerinde sportif etkinliklerin rolü*. Ankara: Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı Yayınları.
- Hammond, A. M. (2022). The relationship between disability and inclusion policy and sports coaches' perceptions of practice. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 14(3): 471–487.

- Heggen, K. ve Guillemin, M. (2012). Protecting participants' confidentiality using a situated research ethics approach. In *The Sage Handbook of Interview Research: The Complexity of the Craft*. Sage.
- Hong, H. J. ve Minikin, B. (2023). An international analysis of career assistance programmes for high-performance athletes. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 15(4): 705–724.
- International Federation of Sport Climbing (IFSC). (t.y.). *Para climbing*. <https://www.ifsc-climbing.org/para-climbing/index> (21.05.2025).
- International Paralympic Committee (IPC). (2020). *IPC handbook: Paralympic games section 1 chapter 3*. Bonn: IPC.
- International Paralympic Committee (IPC). (t.y.). *Paralympics history – Evolution of the Paralympic movement*. <https://www.paralympic.org/ipc/historyIPC> (21.07.2025)
- İlhan, E. L. ve Esentürk, O. K. (2014). Zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalık ölçeği (ZEBSEYFÖ) geliştirme çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1): 19-36.
- Jefferies, P., Gallagher, P. ve Dunne, S. (2012). The Paralympic athlete: A systematic review of the psychosocial literature. *Prosthetics and Orthotics International*, 36(3): 278–289.
- Kahvecioğlu, T. (2021). *Paralimpik sporcuların vücut bileşimi, beslenme ve hidrasyon profili*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kalyon, A. T. (1997). *Özürlülerde spor*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Keener, J. M. (2004). *Internet-based courses: Observations of faculty developers/teacher and students with disabilities at 4-year public institutions in Tennessee*. (Unpublished Doctoral Dissertation). East Tennessee State University, Johnson City.
- Kızar, O. (2012). *Farklı branşlardaki görme engelli sporcuların yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılması*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Konar, N. ve Pepe, K. (2003). Rehabilitasyon-engelliler sporu ve paralimpikler. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3): 162-166.
- Laras Fatahara, U. F., Umar, F., Hidayatullah, M. F. ve Riyadi, S. (2025). The development of various fields of paralympic sports: A systematic review. *Retos*, 62: 398–408.
- Lester, S. (1999). *An introduction to phenomenological research*. Taunton, UK: Stan Lester Developments. www.sld.demon.co.uk/resmethy.pdf (21.07.2025)

- Mills, J., Bonner, A. ve Francis, K. (2006). The development of constructivist grounded theory. *International Journal of Qualitative Methods*, 5(1): 25–35.
- Oggero, G., Puli, L., Smith, E. M. ve Khasnabis, C. (2021). Participation and achievement in the Summer Paralympic Games: The influence of income, sex, and assistive technology. *Sustainability*, 13(21): 11758.
- Öner, İ. ve Bingöl, Ş. (2024). Paralimpik oyunların görünürlüğü ve spor yönetimine yansımaları. *Beden Eğitimi Spor Sağlık ve Efor Dergisi*, 3(4): 214–227.
- Özata, M. ve Karip, S. (2017). Engelli bireylerin sağlık hizmetleri kullanımında yaşadıkları sorunlar: Konya örneği. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 20(4): 397-407.
- Özay, F. H. (2019). *Bedensel engelli sporcuların toplumsal hayata katılımında sporun etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özer, D. (2001). *Engelliler için beden eğitimi ve spor*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Özer, D. S. (2017). *Engelliler için beden eğitimi ve spor* (5. Baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- Öztürk Fidan, İ., Fidan, T. ve Arastaman, G. (2018). Nitel araştırmada geçerlik ve güvenilirlik: Kuramsal bir inceleme. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1): 37–75.
- Öztürk, M. (2011). *Türkiye’de engelli gerçeği*. İstanbul: MÜSİAD Cep Kitapları.
- Pankowiak, A., Brockett, C., De Bosscher, V. ve Westerbeek, H. (2023). National Paralympic sport policies influencing a country’s Paralympic success. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 15(3): 435–455.
- Parameswaran, U. D., Ozawa-Kirk, J. L. ve Latendresse, G. (2020). To live (code) or to not: A new method for coding in qualitative research. *Qualitative Social Work*, 19(4): 630-644.
- Rimmer, J. H. (2005). Exercise and physical activity in persons aging with a physical disability. *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America*, 16(1): 41-56.
- Senemoğlu, N. (2007). *Gelişim öğrenme ve öğretim kuramdan uygulama*. İstanbul: Gönül Yayıncılık.
- Silva, C. F. ve Howe, P. D. (2018). The (in)validity of supercrip representation of Paralympian athletes. *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America*, 29(2): 397–408.
- Speziale, H. S., Streubert, H. J. ve Carpenter, D. R. (2011). *Qualitative research in nursing: Advancing the humanistic imperative* (5th ed.). Lippincott Williams & Wilkins.

- Şişman, Y., Kocabaş, F. ve Yazıcı, B. (2011). *Özürlülerin çalışma yaşamına katılma gereği ve Türkiye'de bu bağlamda uygulanan sosyal politikaların genel bir değerlendirilmesi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- T.C. Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı. (2008). *Özürlüler kanunu ve ilgili mevzuat* (3. Baskı). Ankara: Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı Yayınları.
- Tarhan, N. (2014). *Mutluluk psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Teddle, C. ve Tashakkori, A. (2015). *Karma yöntem araştırmalarının temelleri* (Y. Dede ve S. B. Demir, Çev. Ed.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Tekkurşun-Demir, G. ve İlhan, E. L. (2020). Engelli sporcularda spora katılım motivasyonu. *Özel Eğitim Dergisi*, 21(1): 49-69.
- Telepbergen, A. ve Ermiş, A. (2024). Engelli bireylerin sosyal yaşantıya dahil edilmesinde sporun önemi. *Journal of Optimal Zenith Sport Science*, 1(2): 49–56.
- Topsaç, M. (2013). *Üniversitede okuyan engelli öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.
- Türkiye Engelliler Spor Yardım ve Eğitim Vakfı (TESYEV). (t.y.). *Almanya engelliler spor tarihi*. <http://tesyev.org/tr/almanya-engelliler-spor-tarihi> (01.05.2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi (TMPK). (t.y.). *Paralimpik sporlar*. <https://www.tmpk.org.tr/> (21.07.2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Boccia*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/boccia/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Futbol (5 kişilik)*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/futbol-5-kisilik/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Golbol*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/golbol/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Okçuluk*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/okculuk/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Oturarak voleybol*. 2025, <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/voleybol/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para alp disiplini*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-kayak/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para atıcılık*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-aticilik/> (21 Temmuz 2025)

- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para atletizm*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-atletizm/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para badminton*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/badminton/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para biatlon*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-biatlon/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para binicilik*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-binicilik/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para bisiklet*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-bisiklet/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para buz hokeyi*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-buz-hokeyi/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para kano*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-kano/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para kros kayağı*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-kros-kayagi/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para kürek*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-kurek/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para masa tenisi*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-masa-tenisi/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para snowboard*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-snowboard/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para taekwondo*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-taekwondo/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para triatlon*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-triatlon/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Para yüzme*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/para-yuzme/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Tekerlekli sandalye basketbol*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/tekerlekli-sandalye-basketbolu/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Tekerlekli sandalye curling*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/tekerlekli-sandalye-curling/> (21 Temmuz 2025)

- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Tekerlekli sandalye eskrim*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/tekerlekli-sandalye-eskrim/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Tekerlekli sandalye ragbi*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/tekerlekli-sandalye-rugby/> (21 Temmuz 2025)
- Türkiye Milli Paralimpik Komitesi. (t.y.). *Tekerlekli sandalye tenisi*. <https://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar/tekerlekli-sandalye-tenisi/> (21 Temmuz 2025)
- Uluslararası Paralimpik Komite. (t.y.). *Paralimpik sporlar listesi*. Erişim Adresi: <https://www.paralympic.org/sports#sports-details> (21 Temmuz 2025)
- Ürkmez, G. (2019). *Türkiye Milli Paralimpik Komitesi'nin (TMPK) işleyişi ve engelli sporlarına yaklaşımı*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.
- Üstündağ, B. (2024). *Engelli çocukların sosyal uyumu kapsamında spor projelerinin incelenmesi*. 1. Ulusal Sağlık Bilimleri Öğrenci Kongresi & UNIKOP II. Öğrenci Kalite Buluşması, Kırıkkale Üniversitesi.
- Vural, E., Karadağ, T. F., Ay Yıldız, Y. ve Doğanay, G. (2025). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin paralimpik sporlar hakkında farkındalıklarının incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 11(1): 1-10.
- World Health Organization (WHO). (1980). *International classification of impairments, disabilities and handicaps*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization (WHO). (2001). *International classification of functioning, disability and health*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization (WHO). (2010). *Global data on visual impairments*. World Health Organization.
- World Health Organization (WHO). (2025). *Physical Activity*. http://www.who.int/topics/physical_activity/en/ (21 Temmuz 2025)
- Yang, P., Xu, R. ve Le, Y. (2024). Factors influencing sports performance: A multi-dimensional analysis of coaching quality, athlete well-being, training intensity, and nutrition with self-efficacy mediation and cultural values moderation. *Heliyon*, 10, e36646.
- Yavuzer, H. (1995). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (12. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Yılmaz Anatca, V. ve Yılmaz, C. (2019). Ucube bedenden paralimpik bedene. *SDÜ Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (46), 136–157.

Zengin, S. ve Şentürk, İ. (2022). Paralimpik oyunların tarihsel gelişimi. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 53-64.



EKLER

Ek 1: Etik kurul onayı



T.C.
BARTIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu
Onay Belgesi

TOPLANTI SAYISI

KARAR SAYISI

TOPLANTI TARİHİ

2

1

12.02.2025

Protokol No:	2025-SBB-0029
Araştırmanın Başlığı:	Paralimpik Sporcuların Spora İlk Adımları: Karşılaşılan Uluslararası, Psikolojik ve Sosyal Zorluklar
Proje Yürütücüsü:	Mehmet Koray ÇATAL
Başvuru Formunun Geliş Tarihi:	20.1.2025

Başvuru dosyasında etik sorun oluşturabilecek sorular/maddeler, süreçler ya da unsurlar bulunmadığından 12.02.2025 tarihli ve 2 numaralı toplantıda 2025-SBB-0029 numaralı başvuruya araştırma için ETİK KURUL ONAY belgesinin verilmesine karar verilmiştir.

Prof. Dr. Ayla ÇETİN DİNDAR
Başkan

Doç. Dr. Hilal UYSAL
Başkan yardımcısı

Doç. Dr. Mehmet ALTUNMERAL
Üye

Doç. Dr. Özge ÖZGÜR
Üye

Doç. Dr. Sevda KAMAN
Üye

Dr. Öğr. Üyesi Nergiz TEKE Dr. Öğr. Üyesi Sevim Handan YILMAZ
Üye

Belge Doğrulama Kodu: 9P7E7FH

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Takip Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/bartın-universitesi-ebys>

Adres: Ağdacı Mahallesi Fakülte Caddesi No:54

Bilgi için

Furkan Kadir Topçu
Sekreter

Telefon No: (0 378)

Faks No: (0 378)

Telefon No:

(378) 50110023

e-Posta:

Internet Adresi: <http://www.bartın.edu.tr>

Direkt



Ek 2: Bilgi onam formu

T.C.
BARTIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU
Katılımcı Bilgi ve Onam Formu

Değerli katılımcı;

Bu çalışma Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı tarafından yürütülmektedir.

Araştırmanın amacı ve konusu: Araştırmanın amacı, Paralimpik sporcuların spor hayatlarına ilk adımlarını atarken karşılaştıkları uluslararası, psikolojik ve sosyal zorlukları incelemektir. Bu amaçla, katılımcılara Paralimpik sporların gereklilikleri ve bu alandaki zorluklar hakkında bilgi verilecek, ardından deneyimlerini paylaşmaları için yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılacaktır. Araştırma, Paralimpik sporcuların karşılaştığı engelleri ve bu engellerin üstesinden gelme stratejilerini anlamayı hedeflemektedir. Elde edilen veriler, katılımcıların yaşadıkları zorlukları daha iyi anlamak ve bu zorlukların üstesinden gelmek için öneriler geliştirmek amacıyla analiz edilecektir.

Bu araştırmanın size etkileri: Sizlerden beklentimiz, bu araştırmaya katılmanız ve görüşme sürecine dahil olmanızdır. Görüşmelerde, Paralimpik sporlarla ilgili deneyimlerinizi ve karşılaştığınız zorlukları paylaşmanız istenecektir. Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Bu araştırma kapsamında, katılımcıların kimlik bilgileri veya kişisel tanımlayıcı bilgiler istenmemektedir. Araştırma süresince elde edilen tüm veriler gizli tutulacak ve yalnızca araştırma amacıyla kullanılacaktır. Katılımcıların yanıtları yalnızca araştırmacılar tarafından değerlendirilecek olup, bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Veri toplama sürecinde herhangi bir sebepten dolayı rahatsızlık hissederseniz, çalışmadan istediğiniz zaman ayrılabilirsiniz.

Araştırma hakkında daha fazla bilgi almak için iletişim kurabileceğiniz bilgiler aşağıda bulunmaktadır.

Araştırmanın Adı:	Paralimpik Sporcuların Spora İlk Adımları: Karşılaşılan Uluslararası, Psikolojik ve Sosyal Zorluklar
Araştırma Sorumlusu/Proje Yürütücüsü Adı Soyadı:	
E-Posta Adresi:	
Telefonu:	
Araştırmanın Yürütüldüğü Kurum:	

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının	
Adı-Soyadı:	
İmzası:	
İletişim Bilgileri:	
E-posta:	

İletişim bilgilerimin diğer araştırmacıların benimle iletişime geçebilmesi için "ortak araştırma havuzuna" aktarılmasını;

☐ Kabul ediyorum	☐ Kabul etmiyorum (lütfen uygun seçeneği işaretleyiniz)
---	--

Adres : Bartın Üniversitesi Rektörlüğü
74100 Merkez / BARTIN

Telefon : 0378 223 55 00
İnternet Adresi : www.bartin.edu.tr
E-Posta : info@bartin.edu.tr

Sayfa
1/ 1

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı :

Doğum Yeri ve Tarihi :

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi :

Yüksek Lisans Öğrenimi :

Bildiği Yabancı Diller :

Bilimsel Faaliyet/Yayınlar :

Aldığı Ödüller :

İş Deneyimi

Stajlar :

Projeler ve Kurs Belgeleri :

Çalıştığı Kurumlar :

İletişim

E-Posta Adresi :

Tarih : 28.11.2025 ...(Tez Savunma Tarihi)

