

KIŞ SPORLARINDAN ANTİK SANATA

Toplumsal Bağlamda
Spor ve Kültür



Editörler:
Doç. Dr. Recep CENGİZ
Doç. Dr. İsa DOĞAN



**Kış Sporlarından Antik Sanata:
Toplumsal Bağlamda Spor ve
Kültür**

Editörler

Doç. Dr. Recep CENGİZ

Doç. Dr. İsa DOĞAN



Kış Sporlarından Antik Sanata: Toplumsal Bağlamda Spor ve Kültür

Editörler: Doç. Dr. Recep CENGİZ, Doç. Dr. İsa DOĞAN

Genel Yayın Yönetmeni: Berkan Balpetek

Sayfa ve Kapak Tasarımı: Duvar Design

Yayın Tarihi: Aralık 2025

Yayıncı Sertifika No: 49837

ISBN: 978-625-8572-05-6

© Duvar Yayınları

853 Sokak No:13 P.10 Kemeraltı-Konak/İzmir

Tel: 0 232 484 88 68

www.duvar yayinlari.com

duvarkitabevi@gmail.com

Kış Sporlarından Antik Sanata: Toplumsal Bağlamda Spor ve Kùltür



Editörler

Doç. Dr. Recep CENGİZ

Manisa Celâl Bayar Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakùltesi
Rekreasyon Bölümü
Rekreasyon Anabilim Dalı
ORCID: 0000-0003-4097-2237
rcengiz1965@gmail.com

Doç. Dr. İsa DOĞAN

Karabük Üniversitesi
Hasan Doğan Spor Bilimleri Fakùltesi
Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü
Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı
Orcid:0000-0002-4132-3274
isadogan@karabuk.edu.tr





İÇİNDEKİLER

1. Bölüm	5
HAKKARİ'DE SÜRDÜRÜLEBİLİR DAĞ VE KIŞ SPORLARININ YÖNETİMİ: MERGA BÜTAN KAYAK MERKEZİ ÖRNEĞİ	
<i>Bülent KARATAŞ, Yaşar YAŞAR</i>	
2. Bölüm.....	20
ANTİK YUNAN'DA SANAT VE SPORUN TOPLUMSAL İLİŞKİSİ: ARKAİK VE KLASİK DÖNEM	
<i>Serap AKBAŞ</i>	
3. Bölüm.....	41
BİATLON KONUSUNDA YAPILAN MAKALELERE YÖNELİK BİR BİBLİYOMETRİK ANALİZ	
<i>Eser AĞGÖN, Öztürk AĞIRBAŞ</i>	
4. Bölüm.....	53
TÜRK HALK OYUNLARININ KÜLTÜREL KİMLİK VE FİZİKSEL AKTİVİTE AÇISINDAN İNCELENMESİNE YÖNELİK NİTEL BİR ARAŞTIRMA	
<i>Ramazan AKKUŞ</i>	
5. Bölüm.....	64
HAREKET EĞİTİMİ AÇISINDAN HALK OYUNLARI	
<i>Mustafa KAYA</i>	
6. Bölüm.....	73
SPORDA KİŞİLİĞİN YERİ	
<i>Ertuğrul ÇİĞDEM, Tuncay ÖKTEM</i>	
7. Bölüm.....	84
REKREASYONUN DÖNÜŞEN ROLÜ VE YENİ ANLAM ARAYIŞLARI	
<i>Gülçin GÖZAYDIN, Mustafa Deniz DİNDAR</i>	



—◆—
1. Bölüm
—◆—

HAKKARİ'DE SÜRDÜRÜLEBİLİR DAĞ VE KIŞ SPORLARININ YÖNETİMİ: MERGA BÜTAN KAYAK MERKEZİ ÖRNEĞİ

Bülent KARATAŞ¹
Yaşar YAŞAR²

Karataş, B., & Yaşar, Y. (2025). Hakkari'de sürdürülebilir dağ ve kış sporlarının yönetimi: Merga Bütan Kayak Merkezi örneği. In **R. Cengiz & İ. Doğan (Eds.),** *Kış sporlarından antik sanata: Toplumsal bağlamda spor ve kültür* (pp. 5–19). Duvar Yayınları.

¹ Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Ağrı
Orcid ID: 0000-0001-7069-2856, Bulent_3087@hotmail.com

²Dr. Öğr. Üyesi, Şırnak Üniversitesi, Şırnak Meslek Yüksekokulu, Spor Yönetimi Programı, Şırnak
Orcid ID: 0000-0003-2079-0444, Yasar.yasar@sirnak.edu.tr

GİRİŞ

Dünyada coğrafi koşulları elverişli olan hemen her bölgede akla ilk gelen ekonomik faaliyetlerden biri kış turizmidir. Kış turizmi, yılda 300 ila 350 milyon kişiyi çeken milyarlarca dolarlık uluslararası bir pazardır (Steiger, 2019). Belirli iklim koşullarına büyük ölçüde bağımlı olması nedeniyle, kayak endüstrisi iklim değişikliğinden doğrudan etkilenen turizm pazarı olarak kabul edilmektedir (Bonnon, 2012). Türkiye iklim özellikleri bakımından kayak turizmi potansiyeli oldukça yüksek bir ülkedir. Çünkü dört mevsimi yaşamasından ötürü, yaz ve kış sporlarının yapılmasına uygun bir zemin olan nadir ülkelerdendir (Osmanoğlu vd.; 2018, Osmanoğlu & Üzümlü; 2018). Ülkenin özellikle kış mevsimi uzun süren ve yüksek kesimleri aylarca kar altında kalan Doğu Anadolu Bölgesi, kış sporları tesislerinin kurularak ülke turizmine katkı sağlaması gereken başlıca bölgesidir. Türkiye'nin doğusunda kurulacak tesisler turizm katkısı dışında başarılı kayak sporcuları yetiştirerek bu branşta uluslararası temsili güçlendirecektir. Türkiye'nin bu alanda Doğu Anadolu Bölgesinde yakın zamanda yatırım yaparak faaliyete geçirdiği Hakkari ilindeki Mega Bütan Kayak Merkezi buna verilebilecek başlıca örnektir.

Bu araştırma, Hakkari ilinde yer alan Merga Bütan kayak merkezinin sürdürülebilir dağ ve kış sporları yönetimi bağlamında incelenmesini amaçlamaktadır. Çalışma, merkezin çevresel, ekonomik ve sosyal sürdürülebilirlik boyutlarını analiz etmekte ve sürdürülebilir turizm yönetimi için stratejiler önermektedir.

MERGA BÜTAN KAYAK MERKEZİ TANITIMI

Lokasyon ve Coğrafi Özellikler

- **Konum:** Hakkari il merkezine 12 km uzaklıkta
- **Rakım:** 2800 metre yükseklikte
- **Bölgesel Önem:** Orta Doğu'nun en büyük kayak merkezlerinden biri
- **Doğal Güzellikler:** Cilo-Sat Dağları Milli Parkı yakınında (27,500 hektar)
- **Zirveler:** Uludoruk (Reşko) 4168m - Türkiye'nin 2. en yüksek zirvesi

Sezon ve Kar Özellikleri

- **Sezon Süresi:** Kasım-Nisan/Mayıs arası (6 aya kadar uzun sezon)
- **Kar Kalınlığı:** 4 metreye kadar doğal kar örtüsü
- **Avantaj:** Uzun kar süresi ve yüksek kar kalitesi

Pist ve Teknik Altyapı

- **Toplam Pist Uzunluğu:** 10 km
- **Pist Sayısı:** 5 farklı zorluk seviyesinde pist
- **En Uzun Pist:** 3 km
- **Teleski:** 900 metre uzunluğunda
- **Telesiyej:** 1165 metre uzunluğunda 4 kişilik sistem
- **Modern Sistemler:** 3 modern telesiyej sistemi
- **Gece Kayağı:** Özel aydınlatma sistemi mevcut

Konaklama ve Sosyal Tesisler

- **Otel Kapasitesi:** 120 yatak kapasiteli 4 yıldızlı otel
- **Oda Sayısı:** 50 oda
- **Sosyal Tesisler:**
 - Türk hamamı
 - Sauna
 - Restoran
 - Kafeterya
 - Dinlenme alanları

Ziyaretçi Profili ve İstatistikler

- **Yıllık Turist Sayısı:** Ortalama 200,000 ziyaretçi
- **Uluslararası Ziyaretçiler:** Türkiye, İran, Irak ve Avrupa ülkelerinden
- **Büyüme Trendi:** Yıllık artış kaydediliyor

Yatırım ve Finansman

- **Toplam Yatırım:** 2013'ten beri yaklaşık 10 milyon dolar
- **Devam Eden Projeler:** Altyapı geliştirme ve kapasite artırımı

YÖNETİM YAPISI VE PAYDAŞLAR

Ana Yönetim Kurumları

1. **Hakkari Valiliği:** Genel koordinasyon ve güvenlik
2. **DAKA (Doğu Anadolu Kalkınma Ajansı):** Finansal destek ve proje yönetimi
3. **Gençlik ve Spor Bakanlığı:** Spor politikaları ve eğitim programları
4. **Kültür ve Turizm Bakanlığı:** Turizm politikaları ve tanıtım

Özel Koruma Statüsü

- **Cumhurbaşkanlığı Kararı:** Cilo Dağları ve Mergabütan Yaylası "Kültür ve Turizm Koruma ve Gelişim Bölgesi" ilan edildi
- **Milli Park:** Cilo-Sat Dağları Milli Parkı 2020'de kuruldu

EĞİTİM VE SOSYAL PROGRAMLAR

Eğitim Faaliyetleri

- **Öğrenci Eğitimi:** Yılda 10,000 öğrenciye ücretsiz kayak kursu
- **Genç Eğitimi:** 6,000 genceye ücretsiz kayak eğitimi
- **Toplam:** Yılda 16,000 kişiye ücretsiz eğitim

Etkinlikler ve Festivaller

1. **Merga Bütan Kayak Festivali** (Ocak ayı)
 - Yerel ve ulusal katılım
 - Kültürel etkinlikler
2. **Uluslararası Kayak Yarışması** (Şubat ayı)
 - Profesyonel sporcuların katılımı
 - Uluslararası görünürlük
3. **Geleneksel Yemek Festivali** (Mart ayı)
 - Yerel kültürün tanıtımı
 - Gastronomi turizmi

HAKKARİ DAĞ TURİZMİ POTANSİYELİ

Doğal Kaynaklar

- Buzul gölleri
- Vadiler ve kanyonlar
- Endemik bitki türleri
- Zengin biyoçeşitlilik

Alternatif Aktiviteler

- Dağcılık (Uludoruk zirvesi)
- Trekking ve doğa yürüyüşleri
- Rafting
- Ekoturizm
- Kültür turizmi

SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK BOYUTLARI

1. ÇEVRESEL SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK

Doğal Değerlerin Korunması

- Milli park statüsü ile koruma
- Hassas ekosistemlere özen
- Flora ve fauna koruma programları

Biyoçeşitliliğe Saygı

- Endemik türlerin korunması
- Habitat bozulmalarının önlenmesi
- Ekolojik denge gözetimi

Atık Yönetimi

- Merkez genelinde atık toplama sistemleri
- Geri dönüşüm uygulamaları
- Çevre kirliliğinin önlenmesi

İklim Değişikliğine Adaptasyon

- Kar yapma sistemleri (gerektiğinde)
- Sezon uzunluğu planlaması
- İklim değişikliği izleme
- Uzun vadeli stratejiler

2. EKONOMİK SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK

Bölgesel Kalkınmaya Katkı

- 10 milyon dolar yatırım
- Altyapı gelişimi
- Bölgesel ekonomik canlanma

İstihdam Yaratma

- Doğrudan istihdam: Otel, tesis, kayak okulu personeli
- Dolaylı istihdam: Ulaşım, yiyecek-içecek, rehberlik
- Mevsimlik ve sürekli iş imkanları

Yerel Ekonomiye Katkı

- Yerel ürünlerin pazarlanması
- Küçük işletmelerin desteklenmesi

- Girişimcilik teşviki

Turizm Geliri

- 200,000 yıllık ziyaretçi
- Uluslararası turist çekme
- Döviz girdisi

3. SOSYAL SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK

Yerel Toplum Refahı

- Gelir artışı
- Yaşam kalitesi iyileşmesi
- Sosyal hizmetlere erişim

Kültürel Mirasın Korunması

- Geleneksel kar festivali
- Yerel kültürün tanıtımı
- Uluslararası kayak yarışması

Gençlerin Spora Katılımı

- 16,000 kişiye ücretsiz eğitim
- Spor kültürünün gelişmesi
- Gençlere fırsat eşitliği

Eğitim Fırsatları

- Kayak eğitimi
- Rehberlik eğitimi
- Turizm sektörü eğitimi

Toplumsal Gelişim

- Sosyal sermaye artışı
- Topluluk dayanışması
- Bölgesel kimlik güçlenmesi

TÜRKİYE'DE SÜRDÜRÜLEBİLİR KIŞ SPORLARI YÖNETİMİ

Ulusal Politikalar

- Ekonomik, sosyo-kültürel ve çevresel sürdürülebilirlik dengesi
- Kültür ve Turizm Bakanlığı'nın sürdürülebilir turizm politikaları
- 18,000'den fazla tesis sürdürülebilir turizm sertifikası almış

İklim Değişikliği Stratejileri

- Teknik adaptasyon: Kar yapma sistemleri
- Ticari adaptasyon: Sezon dışı aktiviteler
- Politik adaptasyon: Uzun vadeli planlama
- Aşırı yatırımdan kaçınma

Turizm Stratejisi

- 81 ile yayılmış turizm
- 12 aya yayılan sezon
- Çeşitlendirilmiş ürün yelpazesi

Gençlik Katılımı

- Gençlerin kış sporlarına katılımını teşvik
- Yaygın eğitim programları
- Erişilebilir tesisler

YÖNETİM STRATEJİLERİ VE UYGULAMALAR

Kaynak Yönetimi

- İstikrarlı ve öngörülü kaynak kullanımı
- Doğal kaynakları koruma önceliği
- Dengeli büyüme stratejisi

Paydaş İşbirliği

- Valilik koordinasyonu
- DAKA finansal desteği
- Bakanlıklar arası koordinasyon
- Yerel toplum katılımı
- Özel sektör işbirlikleri

Güvenlik ve Kurtarma

- JAK (Jandarma Arama Kurtarma) timleri
- 7/24 güvenlik önlemleri
- Acil müdahale protokolleri
- İlk yardım ekipleri

Sürdürülebilir Turizm Göstergeleri

- Ziyaretçi sayısı izleme
- Çevresel etki değerlendirme

- Ekonomik katkı ölçümü
- Sosyal etki analizi

Dengeli Yaklaşım

- Doğal kaynakların korunması
- Yerel halkın ihtiyaçları
- Turistlerin istekleri

SWOT ANALİZİ BİLEŞENLERİ

Güçlü Yönler

1. Orta Doğu'nun en büyük kayak merkezlerinden biri olma
2. Uzun sezon (Kasım-Mayıs, 6 ay)
3. Yüksek kar kalınlığı (4 metreye kadar doğal kar)
4. Modern altyapı (8 telesiyej sistemi)
5. 120 yataklı 4 yıldızlı otel
6. Gece kayağı imkanı
7. Cumhurbaşkanlığı kararıyla özel koruma statüsü
8. Cilo-Sat Milli Parkı yakınlığı
9. 200,000 yıllık ziyaretçi
10. Ücretsiz eğitim programları (16,000 kişi/yıl)
11. Uluslararası etkinlikler
12. Güçlü kurumsal destek (Valilik, DAKA, Bakanlıklar)

Zayıf Yönler

1. Uzak lokasyon ve ulaşım zorlukları
2. Güvenlik algısı sorunları
3. Konaklama kapasitesinin sınırlı olması
4. Pazarlama ve tanıtım eksikliği
5. Sezonluk istihdam yoğunluğu
6. Altyapı yetersizlikleri (elektrik, su)
7. Profesyonel personel eksikliği
8. İklim değişikliğine karşı hassasiyet

Fırsatlar

1. Uluslararası turizm pazarı (İran, Irak, Körfez ülkeleri)
2. Alternatif turizm çeşitleri (dağcılık, trekking, ekoturizm)
3. 4 mevsim turizm potansiyeli
4. DAKA ve bakanlık destekleri

5. Sürdürülebilir turizm sertifikasyonu
6. Bölgesel kalkınma projeleri
7. Yeni pist ve tesis geliştirmeleri
8. Dijital pazarlama ve sosyal medya
9. Gastronomi turizmi potansiyeli
10. Kültür turizmi entegrasyonu

Tehditler

1. İklim değişikliği ve kar azalması riski
2. Bölgesel güvenlik sorunları
3. Ekonomik dalgalanmalar
4. Rakip kayak merkezlerinin gelişimi
5. Çevresel bozulma riskleri
6. Altyapı yetersizlikleri
7. Kalifiye personel bulma zorluğu
8. Negatif bölge imajı
9. Pandemi gibi küresel krizler
10. Yeterli yatırım çekememe

TÜRKİYE'DEKİ DİĞER KAYAK MERKEZLERİYLE KARŞILAŞTIRMA

Başlıca Rakip Merkezler

1. Palandöken (Erzurum)

- Rakım: 3185m
- Pist: 35 km
- Sezon: 4-5 ay
- Konaklama: Yüksek kapasite
- Avantaj: Gelişmiş altyapı, uluslararası organizasyonlar

2. Erciyes (Kayseri)

- Rakım: 3500m
- Pist: 55 km
- Sezon: 4-5 ay
- Avantaj: Geniş pist ağı, kolay ulaşım

3. Uludağ (Bursa)

- Rakım: 2543m
- Pist: 28 km

- Avantaj: İstanbul'a yakınlık, turistik altyapı

Merga Bütan'ın Rekabet Avantajları

- En uzun sezon (6 ay)
- En yüksek kar kalınlığı (4m)
- Orta Doğu pazarına yakınlık
- Yüksek rakım (2800m)
- Doğal kar garantisi
- Bozulmamış doğa

Geliştirilmesi Gereken Alanlar

- Pist sayısı ve uzunluğu
- Konaklama kapasitesi
- Ulaşım altyapısı
- Tanıtım ve pazarlama
- Sosyal tesis çeşitliliği

ZORLUKLAR VE ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Zorluk 1: Ulaşım ve Erişilebilirlik

Sorun: Hakkari'nin uzak lokasyonu, kışın yol koşulları

Çözümler:

- Havaalanı bağlantılarının iyileştirilmesi
- Yol bakım hizmetlerinin artırılması
- Düzenli servis seferleri
- Helikopter transferi (VIP turistler için)

Zorluk 2: Güvenlik Algısı

Sorun: Bölge ile ilgili güvenlik endişeleri

Çözümler:

- Etkili tanıtım ve bilgilendirme kampanyaları
- Güvenlik garantileri
- Uluslararası etkinliklerle pozitif imaj
- Sosyal medya ve influencer kullanımı

Zorluk 3: Konaklama Kapasitesi

Sorun: 120 yatak yetersiz

Çözümler:

- Yeni otel yatırımları teşviki

- Butik oteller ve pansiyonlar
- Hakkari merkeze yakın alternatif konaklama
- Özel sektör yatırımlarının çekilmesi

Zorluk 4: İklim Değişikliği

Sorun: Uzun vadede kar azalması riski

Çözümler:

- Kar yapma sistemleri kurulumu
- 4 mevsim turizm stratejisi
- Alternatif aktiviteler geliştirme
- İklim izleme ve erken uyarı sistemleri

Zorluk 5: Pazarlama ve Tanıtım

Sorun: Ulusal ve uluslararası bilinirliğin düşük olması

Çözümler:

- Dijital pazarlama stratejileri
- Sosyal medya kampanyaları
- Seyahat acenteleri ile işbirlikleri
- Uluslararası fuarlara katılım
- Influencer ve blog yazarlarının davet edilmesi

Zorluk 6: Profesyonel Personel

Sorun: Kalifiye kayak eğitmeni ve turizm personeli eksikliği

Çözümler:

- Mesleki eğitim programları
- Ulusal federasyonlarla işbirliği
- Sertifikasyon programları
- Rekabetçi ücret politikaları
- Kariyer gelişim fırsatları

Zorluk 7: Mevsimsellik

Sorun: İstihdamın sezonluk olması

Çözümler:

- Yaz turizmi aktiviteleri (trekking, dağcılık)
- 12 aya yayılan etkinlik takvimi
- Çok fonksiyonlu tesis kullanımı
- Ekoturizm ve kültür turizmi entegrasyonu

Zorluk 8: Çevresel Koruma

Sorun: Turizm baskısı ile doğal dengenin korunması dengesi

Çözümler:

- Taşıma kapasitesi belirleme
- Çevresel etki değerlendirmeleri
- Sürdürülebilir turizm sertifikasyonu
- Ekolojik izleme programları
- Yeşil tesis uygulamaları

SONUÇ VE DEĞERLENDİRME

Genel Değerlendirme

Merga Bütan kayak merkezi, Hakkari'nin ve Türkiye'nin önemli bir kış turizmi potansiyeline sahip olduğunu göstermektedir. Orta Doğu'nun en büyük kayak merkezlerinden biri olarak, bölgesel kalkınmada kritik bir rol oynamaktadır. Yeterli ve doğru bir pazarlama stratejisi tesisi olduğu noktadan çok daha ileri seviyelere taşıyabilir.

Sürdürülebilirlik Performansı

Çevresel Boyut: Milli park statüsü ve koruma önlemleri ile olumlu

Ekonomik Boyut: 10 milyon dolar yatırım ve 200,000 ziyaretçi ile güçlü

Sosyal Boyut: 16,000 kişiye ücretsiz eğitim ile başarılı

Stratejik Öneriler

1. Ulaşım altyapısının acil iyileştirilmesi
2. Konaklama kapasitesinin artırılması
3. Uluslararası pazarlama stratejilerinin güçlendirilmesi
4. 4 mevsim turizm modelinin geliştirilmesi
5. İklim değişikliğine adaptasyon önlemlerinin alınması
6. Profesyonel personel yetiştirilmesi
7. Sürdürülebilir turizm sertifikasyonu alınması
8. Paydaş işbirliğinin derinleştirilmesi

Gelecek Perspektifi

Merga Bütan, doğru yönetim ve yatırımlarla:

- Bölgesel bir turizm merkezi haline gelebilir
- Hakkari ekonomisini dönüştürebilir

- Uluslararası kış turizmi haritasında yerini alabilir
- Sürdürülebilir turizm için model oluşturabilir

Sonuç

Sürdürülebilir dağ ve kış sporları yönetimi, ekonomik kalkınma, çevresel koruma ve sosyal refah arasında hassas bir denge gerektirir. Merga Bütan kayak merkezi, bu dengeyi kurarken karşılaştığı zorluklar ve fırsatlar ile Türkiye'deki benzer destinasyonlar için önemli dersler sunmaktadır.

KAYNAKLAR

Diğer Kaynaklar

A. Merga Bütan Kayak Merkezi Kaynakları

<https://www.hakkariilsesigazetesi.com/hakkarinin-akcigeri-merga-butan-kayak-merkezi>

T.C. Kültür Portalı - Mergabüt Kayak Merkezi

<https://www.kulturportali.gov.tr/turkiye/hakkari/TurizmAktiviteleri/mergabut-kayak-merkezi>

Ski Resort Info - Hakkari Mergabütan Innovations

<https://www.skiresort.info/ski-resort/hakkari-mergabuetan/innovations/>

B. Hakkari Dağ Turizmi ve Sürdürülebilirlik Kaynakları

<https://turkeyoutdoor.org>

<https://www.hakkari.bel.tr/dag-turizmi>

<https://www.dogununesi.com/hakkari-turizmi-icin-tarihi-karar/>

<https://sehrimhakkari.com/tr-hakkari-kulturel-mirasi/hakkari-nin-gizli-doga-cenneti-biyolojik-cesitlilik/135235>

<https://www.enuygun.com/bilgi/hakkari-de-gezilecek-yerler-1/>

T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı Hakkari - Dağlık Alanlar

<https://hakkari.ktb.gov.tr/TR-160288/daglik-alanlar.html>

C. Türkiye'de Sürdürülebilir Kış Sporları Yönetimi

Osmanoglu, H., & Üzümlü, H. (2018). Spor Turizminde Otel İşletmelerinin Sporculara Yönelik Hizmet Kalitesinin Değerlendirilmesi. *Yükseköğretim Çalışmaları*, 8 (2), 29-36.

Osmanoğlu, H., Üzümlü, H., Karlı, Ü., & Aycan, A. (2018). Spor turizmi hizmet kalitesi ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ekonomik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 14(1), 121-134.

Özbay, G. (2018). Alternatif Turizm Politikaları İçerisinde Kış Turizmi: Türkiye'ye Yönelik Swot Analizi. *The Journal Of International Lingual Social And Educational Sciences*, 4(2), 203-213.

Türkiye Turizm Ansiklopedisi - Kış Turizmi

<https://turkiyeturizmansiklopedisi.com/kis-turizmi>

Turkey Outdoor - Soğuk Havanın Keyfini Çıkarmak: Kış ve Kar Sporları

<https://turkeyoutdoor.org/soguk-havanin-keyfini-cikarmak-kis-ve-kar-sporlari/>

T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı - Kış Sporları Turizm Merkezlerine İlişkin Genel Bilgiler

<http://www.ktbyatirimisletmeler.gov.tr/TR-10177/kis-sporlari-turizm-merkezlerine-iliskin-genel-bilgiler.html>

Turkey Outdoor - En Çok Karşılaşılan Kış Sporları Yaralanmaları

<https://turkeyoutdoor.org/en-çok-karsilasilan-kis-sporu-yaralanmalari/>

Turkey Outdoor - Kış Kampı Rehberi

<https://turkeyoutdoor.org/kis-kampi-rehberi/>

Turkish Airlines Blog - Winter is Wonderful at Ski Resorts in Türkiye

<https://blog.turkishairlines.com/en/winter-is-wonderful-at-ski-resorts-in-turkiye/>

D. Dağ Turizmi: Çevresel, Ekonomik ve Sosyal Boyut

Mutana, S., & Mukwada, G. (2018). Mountain-route tourism and sustainability. A discourse analysis of literature and possible future research. *Journal of outdoor recreation and tourism*, 24, 59-65.

APIKAM - Sorumlu Turizm ve Sürdürülebilirlik

- Sağdıç, D. N. (2021). Seyahat motivasyonunun ziyaretçi memnuniyeti ve davranışsal niyetler üzerine etkisi: Kültür amaçlı seyahat eden yerli turistler üzerine bir araştırma.
- Gökçe, F., Gökçe, H., & Kocabozdoğan, K. (2015). Yayla Turizminin Sürdürülebilirliği Kapsamında Çevresel Etki Boyutu: Kazıkbeli Yaylası Örneği, Doğu Karadeniz Bölgesi Sürdürülebilir Turizm Kongresi, 14-16 Mayıs 2015, ss. 689-701, Gümüşhane. Gümüşha
- Korkmaz, E. (2019). Ekoturizm Alanındaki Gelişmelerden Glamping'in Uygulanabilirliği: Datça Yöresinde Bir Araştırma (Master's thesis, Dokuz Eylül Üniversitesi (Turkey)).
- Şahin, B., & Şahin, S. (2009). Ekoturizm alanı olarak Kazdağları ve Darıdere örneği. 10. Ulusal Turizm Kongresi, 21-24.
- Kumartaşı, M., Gönendi, F. E. B., Gönendi, B., & Sevinç, N. (2021). Hakkari ilinde yapılan Mergabütan kayak merkezinin halkın kayak sporuna yönelik olumlu veya olumsuz etkileri. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 6(2), 123-135.
- Steiger, R., Scott, D., Abegg, B., Pons, M., & Aall, C. (2019). A critical review of climate change risk for ski tourism. *Current Issues in Tourism*, 22(11), 1343-1379.
- Bonnon, C., & Atanasoski, S. (2012). c-Ski in health and disease. *Cell and tissue research*, 347(1), 51-64.

Akademik Kaynaklar

1. Sürdürülebilir Turizm Yönetimi ve İklim Değişikliği Araştırmaları
2. Türkiye Kültür ve Turizm Bakanlığı Politika Belgeleri
3. DAKA (Doğu Anadolu Kalkınma Ajansı) Raporları
4. Kış Turizmi ve Sürdürülebilirlik Literatürü

Kurumsal Kaynaklar

Hakkari Valiliği Resmi Verileri
Gençlik ve Spor Bakanlığı İstatistikleri
Cilo-Sat Dağları Milli Parkı Yönetim Planı
Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) Turizm Verileri

—◆—
2. Bölüm
—◆—

ANTİK YUNAN'DA SANAT VE SPORUN
TOPLUMSAL İLİŞKİSİ:
ARKAİK VE KLASİK DÖNEM

Dr.Öğr. Üye. Serap AKBAŞ¹

Akbaş, S. (2025). Antik Yunan'da sanat ve sporun toplumsal ilişkisi: Arkaik ve Klasik dönem. **In R. Cengiz & İ. Doğan (Eds.),** *Kış sporlarından antik sanata: Toplumsal bağlamda spor ve kültür* (pp. 20–40). Duvar Yayınları.

¹ Şırnak Üniversitesi, Güzel Sanatlar Fakültesi Resim Bölümü
serap.akbas@sinak.edu.tr
ORCID ID: 0000-0003-4529-4770

Giriş:

Sanat ve Sporun Ortak Toplumsal Zemini

Sanat ve spor, sıklıkla birbirinden farklı alanlar olarak değerlendirilse de, her ikisi de insan bedenini, hareketini ve performansını merkeze alan, toplumsal değerlerle doğrudan ilişki kuran kültürel pratiklerdir. Her iki kültürde de toplumu geliştirme ve zenginleştirme, dünyaya açılma ve din, dil, ırk ayrımı gözetmeksizin diğer toplumlarla birlikte hareket etme arzusu baskındır. Ne sanat ne de spor, sınırları kesin biçimde çizilmiş mekânlara bağımlıdır; sanat üretimi her zaman bir tuval ya da sahneye ihtiyaç duymadığı gibi, sportif etkinlikler de zorunlu olarak belirli alanlar veya araçlarla sınırlı değildir. Gündelik yaşamın sıradan mekânları olan sokaklar ve yollar, bu bağlamda hem sanatsal hem de sportif ifadeye olanak tanıyan alanlara dönüşebilmektedir. Sokak sanatı ve sokak sporlarının ortaya çıkışı, bu mekânsal özgürlüğün doğal bir sonucudur. Kamusal alana doğrudan temas eden sokaklar, izleyiciyle kurduğu yakın ilişki sayesinde sanatın ve sporun en özgür, en cesur ve en etkili biçimlerine ev sahipliği yapmaktadır. Bu pratikler, beklenmedik anlarda görünür olarak güçlü bir farkındalık yaratma potansiyeline sahiptir (Demirel İnal & İnal, 2024). Bunların yanı sıra her iki alan da yalnızca bireysel becerinin sergilenmesine değil, aynı zamanda toplumun beden, güç, disiplin ve ideal kavramlarını nasıl tanımladığına dair ortak bir anlam üretimine de hizmet eder. Bu nedenle sanat ve spor arasındaki ilişki, temsiliyet ve toplumsal bağlam üzerinden okunması gereken bütüncül bir yapı sunar.

Bu bütüncül ilişkinin tarihsel olarak en belirgin ve sistemli biçimde gözlemlenebildiği örneklerden biri Antik Yunan'dır. Antik Yunan toplumunda spor, dinsel ritüeller, eğitim sistemi ve yurttaşlık idealiyle iç içe geçmiş kamusal bir pratik olarak konumlanırken; sanat, bu pratiğin bedensel ve ideolojik boyutlarını görünür kılan temel anlatı alanı hâline gelmiştir.

Dinsel ritüeller açısından bakıldığında zaman Antik Yunan'da düzenlenen sportif yarışmaların büyük bir bölümünün, doğrudan tanrılara adanmış dinsel şenlikler çerçevesinde gerçekleştirilmiş olduğunu görüyoruz. Olimpiyat Oyunları Zeus'a, Pythia Oyunları Apollon'a adanmış olup bu yarışmalar; kurban törenleri, ilahiler ve ritüellerle birlikte düzenlenmiştir. Bu bağlamda spor, bireysel bir başarı alanı olmanın ötesinde, tanrılara sunulan bir adak ve kolektif bir ibadet biçimi olarak değerlendirilmiştir. Sporcuların yarışmalara katılımı, tanrısal düzene saygının ve toplumsal birlikteliğin bir göstergesi olarak algılanmıştır (Şener, 2018). Bu dinsel bağlam, sporun kamusal niteliğini de güçlendirmiş; yarışmalar tüm Yunan dünyasını kapsayan ortak kültürel etkinlikler hâline gelmiştir.

Sporun eğitsel yönü ise aslında bir yaşam biçimi şeklinde değerlendirilebilir. Antik Yunan toplumunda fiziksel eğitim, ahlaki ve zihinsel gelişimin ayrılmaz bir

temeli olarak görülmüş; bu nedenle spor, basit bir eğlence ya da oyun faaliyeti olmanın çok ötesinde konumlandırılmıştır. Rekabet ve yarışma kültürünün toplumsal yaşamın merkezinde yer aldığı Yunan dünyasında sportif etkinlikler, bireyin kendini aşarak en iyiyi ve en erdemliyi hedeflediği kişisel bir uğraş niteliği taşımıştır. Eski Yunan eğitim anlayışının özünü oluşturan kalokagathia ideali, insanın hem bedensel güzelliğini (kalos) hem de ahlaki yetkinliğini (agathos) birlikte geliştirmeyi amaçlamıştır. Bu doğrultuda Yunan eğitim sistemi, zihinsel ve bedensel uyum içinde yetişmiş bireyler oluşturmayı hedeflemiş; temel derslerin yanı sıra yedi yaşından itibaren yetişkinliğe kadar süren düzenli bir beden eğitimi sürecini zorunlu kılmıştır. Bu eğitim, paidotribes olarak adlandırılan beden eğitimi eğitmenleri tarafından, gymnasion ve palaestra gibi özel olarak düzenlenmiş kamusal mekânlarda yürütülmüştür (Özçakır, 2017). Spor alanında aranan bu ölçü, denge ve uyum ideali, yalnızca bedensel pratiklerle sınırlı kalmamış; aynı zamanda sanat üretiminde de estetik bir ilke olarak karşılık bulmuştur.

Bu bağlamda atletik bedeninin sanatsal temsilinde öne çıkan ideal oran, denge ve uyum anlayışı, yalnızca fiziksel mükemmelliğin görselleştirilmesini değil, aynı zamanda toplumsal ve estetik bir idealin ifadesini de içerir. Sanat eserlerinde betimlenen atlet figürleri, belirli bireylere ait olmayan ve sadece Antik Yunan toplumunun benimsediği ideal insan tipinin soyutlanmış ve idealleştirilmiş temsilleri olarak değerlendirilmelidir (Sayın Alsan, 2018). Bu ideal atlet bedenleri de konu itibarı ile karşımıza Olimpiyat oyunlarında başarı elde eden genç aristokratların onuruna dikilen ve çoğu zaman “Apollon tipi” olarak sınıflandırılan heykeller ile yarış arabaları ve soylu atlarla ilişkilendirilen figüratif vazo resimleri şeklinde çıkar. Bunun sebebi de belli bir zaferin anısını yaşatmak ve yarışmaların propagandasını yapmaktır (Hauser, 2021). Bu durum, sanatın sporla kurduğu ilişkinin yalnızca betimleyici bir düzlemde kalmadığını; heykel ve vazo resimleri aracılığıyla atlet figürünün Antik Yunan sanatında ideal beden anlayışının biçimsel ve kavramsal taşıyıcısı hâline geldiğini göstermektedir.

Antik Yunan sanatında sporun temsili, bedeninin toplumsal anlamını görünür kılan en temel anlatı alanlarından biridir. Bu bağlamda Arkaik ve Klasik dönemler, birbirinden kopuk ya da karşıt evreler olarak değil, ortak bir beden idealinin farklı ifade biçimleri olarak değerlendirilmelidir. Arkaik dönemde atlet bedeni, ölçü, denge ve düzen vurgusu üzerinden tipolojik bir yapı içinde ele alınırken; Klasik dönemde aynı beden anlayışı, hareket, doğallık ve estetik uyum kavramlarıyla derinleşir. Her iki dönemde de spor, bireysel bir etkinlikten ziyade kamusal ve eğitsel bir pratik olarak konumlanır; sanat ise bu pratiği idealize ederek toplumsal belleğe taşır. Aralarındaki fark, bedeninin temsil edilme biçiminde yoğunlaşırken, benzerlik, spor ve sanatın toplumsal değer üretme işlevinde ortaya çıkar. Bu

nedenle Arkaik dönem, atlet bedeninin sanatsal ve sportif temsilinin kurucu aşaması olarak ele alınabilirken; Klasik dönem, bu temsilin estetik ve ideolojik açıdan yetkinleştiği evreyi oluşturur. Böylece iki dönem, sanat ve sporun Antik Yunan toplumundaki ayrılmaz ilişkisini anlamak açısından süreklilik içinde okunması gereken tamamlayıcı aşamalar olarak değerlendirilir.

Arkaik Dönemde Sanat ve Sporun Birlikteliği (MÖ 700-480)

Antik Yunan sanatında Arkaik dönem, Geometrik ve Doğu etkili (Orientalizan) üslupların soyut, simgesel ve dekoratif anlatım anlayışından uzaklaşarak, insan bedenini ölçü, oran ve düzen kavramları çerçevesinde yeniden tanımlayan, figürü ilk kez sistemli ve tipolojik bir biçimde ele alan yeni bir estetik anlayışın ortaya çıktığı evreyi temsil eder. Bu yeni estetik yönelim, yalnızca sanatsal bir dönüşümü değil, aynı zamanda spor ve beden eğitimi yoluyla şekillenen ideal beden anlayışının görsel temsile aktarılmasını da beraberinde getirmiştir. Arkaik dönemde atlet bedeni, hem spor alanında hem de sanatsal üretimde ölçü, denge ve düzen ilkeleri doğrultusunda idealize edilmiş; böylece sanat ve spor, insan bedenini merkeze alan ortak bir değer sistemi içinde birbirini besleyen iki temel pratik hâline gelmiştir.

Ancak bu ortak estetik anlayışın resim sanatındaki doğrudan yansımaları, Antik Yunan resim sanatına ait özgün örneklerin büyük bir kısmının günümüze ulaşmamış olması nedeniyle sınırlı biçimde izlenebilmektedir (Turani, 1980). Bu durum, Arkaik dönemde sanat ile spor arasındaki ilişkinin doğrudan resim örnekleri üzerinden değerlendirilmesini güçleştirmektedir. Dolayısıyla Arkaik dönem sanatında sporla kurulan bağ, dönemden günümüze ulaşabilmiş başlıca görsel üretim alanları olan heykel sanatı ve vazo resimleri aracılığıyla değerlendirilmektedir. Bu iki alan, atlet bedeninin idealleştirilmiş temsillerini ve sporun kamusal görünürlüğünü ortaya koyan temel kaynaklar olarak öne çıkmaktadır.



Şekil 1: Kouros Heykeli, MÖ 590-580,

Arkaik dönemin en karakteristik atlet temsilleri, kouros heykelleri üzerinden izlenebilir. MÖ 6. yüzyılda Antik Yunan'da erkeklik ve erdem anlayışı, *kouros* (genç erkek) olarak adlandırılan heykel tipi aracılığıyla somut bir görsel dile kavuşmuştur. Ölçüye ve matematiksel oranlara dayalı bu figürler, biçimsel açıdan Mısır heykel geleneğinden esinlenen şematik bir düzeni yansıtır; cepheden algılanan simetrik duruş, kolların vücuda bitişik konumu ve bacakların hafifçe ayrılması bu etkiyi açıkça ortaya koyar. Ancak Yunan sanatçıları bu modeli, figürü tamamen çıplak biçimde ele alarak ve bacakları serbestleştirip ağırlığı iki uzuv arasında dengeleyerek yeniden yorumlamış, böylece bedene yürüyüş izlenimi veren daha canlı bir duruş kazandırmıştır. Kouros heykelleri bu yönüyle, güçlü ve dengeli yüz hatları, özenle biçimlendirilmiş uzun saçlar, geniş omuzlar, belirgin göğüs ve kol kasları, dar bel ve sağlam uyluklar gibi özellikler aracılığıyla ideal erkek bedenini tipolojik bir model olarak sunar. Bu ideal beden kurgusu, Antik Yunan'da *arete* kavramıyla ilişkilendirilen fiziksel yetkinlik, öz güven ve erdem

anlayışının görsel bir karşılığıdır; figürlerin yüzlerinde yer alan bilinçli ifadesizlikle birlikte sunulan arkaik gülümseme ise bu içsel denge ve ölçülülük hâlinin simgesel bir ifadesi olarak değerlendirilebilir (The human body in Greek art and thought, t.y.).



Şekil 2: Anavyos Kouros'u, yaklaşık MÖ 530

Geç Arkaik Dönem'e (MÖ 540–480) tarihlenen kouros örnekleri arasında yer alan Anavysos Kourosu, Atina yakınlarındaki Anavysos bölgesinde bulunmuş ve MÖ 540–515 yılları arasına tarihlendirilmiştir. Mermerden yapılmış olan bu

heykelin yakınında yer alan kaide üzerinde, “Savaşta ön saflarda çarpışırken vahşi Ares tarafından canı alınan Kroisos’un mezarı önünde dur ve yas tut” ifadesi kazılıdır. Yazıtta geçen *Kroisos* ismi nedeniyle, heykelin bu kişiye ait bir mezar anıtı olduğu yönünde güçlü bir kabul oluşmuştur. Figürün bedeni doğal insan ölçülerinden biraz daha iri biçimde betimlenmiştir. Heykelin işlevi konusunda, bir mezar işareti ya da tanrılara adanmış bir sunu olabileceği düşünülmektedir. Biçimlendirmede önceki kouros örneklerine kıyasla gözlemlenen değişim ise, sanatçıların artan deneyimleri ve yeni teknik yaklaşımlar geliştirmeleriyle ilişkilendirilmektedir (Altunel, 2023) Figürün doğal ölçülerin ötesine taşan bedensel yapısı, atletik gücü ve dayanıklılığı çağrıştırmak, dönemin spor anlayışıyla doğrudan bir ilişki kurar. Bu bağlamda kouros heykelleri, belirli bir spor anını betimlemekten ziyade, atlet bedeninin disiplinle şekillenmiş ideal formunu temsil eder. Anavysos Kourosu da, erken kouros tipinde olduğu gibi, sporun hareketten çok beden terbiyesine ve normatif ölçülere dayalı bir değer sistemi içinde kavrandığını düşündürür. Bu figürlerde sporcu bedeni hareket hâlinde değil, potansiyel hareketin eşiğinde betimlenir; bu durum sporun henüz estetik bir dinamizmden çok disiplin, ölçü ve düzenle ilişkilendirildiğini düşündürür. Atlet, yarışma anında değil, yarışmaya hazır ve ideal formunda sunularak sporun toplumsal düzenle de uyumlu yönünü görünür kılar.

Ancak MÖ 5. yüzyılın başlarına gelindiğinde bu katı ve önden düzenlenmiş beden anlayışı, figürün ağırlık dağılımını, duruşunu ve anatomik gerçekliğini dikkate alan daha gözlemci bir yaklaşıma evrilmeye başlar; bu dönüşümün en erken ve belirgin örneklerinden biri olarak kabul edilen Kritios Delikanlısı, kouros tipinin idealize edilmiş şemasından kopuşu simgeler.



Şekil 3: Kritios Oğlanı heykeli (yaklaşık MÖ 480),

Kritios Delikanlısı, kouros geleneğinin ne son halkası ne de Klasik dönemin yerleşik heykel anlayışının doğrudan öncüsü olarak değerlendirilebilir; daha çok Arkaik ve Erken Klasik dönemler arasında yer alan bir geçiş örneği niteliği taşır. Eserin Pers istilası sırasında Akropolis'te dikili olup olmadığı kesin olarak bilinmemekle birlikte, figürün boynundaki kırık izleri başın gövdeye sonradan eklenmiş olabileceği yönünde yorumlara yol açmıştır; ancak tüm bu belirsizliklere rağmen heykelin MÖ 480 dolaylarına tarihlendiği genel kabul görmektedir. Bu eserde yalnızca oran anlayışı ve yüzey işçiliği değil, aynı zamanda gövde kütlelerinin kurulumu, kol ve bacakların yerleşimi ve kas yapısının ele alınış biçimi de önceki kouros tiplerinden ayrılan, daha gözleme dayalı bir anlayışı yansıtır. Heykel, insan figürünü artık soyut ve sembolik bir kavram olarak temsil etmekten ziyade, ona fiziksel olarak benzeyen somut bir varlık hâline getirme yönünde önemli bir adım atmıştır. İlk bakışta sınırlı görünen anatomik değişime rağmen, katı ve dik eksen anlayışının kırılması bu dönüşümü vurgulamak için yeterlidir. Vücudun ağırlığının esas olarak sol bacağı verilmesiyle sağ bacağın dizden hafifçe kırılması; buna bağlı olarak sağ kalçanın düşmesi, kas yapısının gevşemesi ve omuzlar ile başın aynı

doğrultuda hafifçe eğilmesi, figüre durağanlıktan uzak, doğal ve dengeli bir duruş kazandırmıştır (Boardman, 2001). Bu bağlamda Kritios Delikanlısı, atlet bedeninin artık yalnızca ideal oranların soyut bir şeması olarak değil, fiziksel denge, hareket potansiyeli ve bedensel farkındalık üzerinden kavranan bir sporcu gerçekliğiyle ele alınmaya başlandığını göstererek, Antik Yunan'da sanat ile spor arasında kurulan beden merkezli ilişkinin Arkaik tipolojiden Klasik doğalcılığa evrilen yönünü açık biçimde ortaya koyar.

Arkaik dönemde atlet bedeninin idealize edilmiş temsili, yalnızca kouros heykelleriyle sınırlı kalmamış; aynı beden anlayışı, daha geniş bir dolaşıma sahip olan vazo resimleri aracılığıyla gündelik ve törensel yaşama da taşınmıştır. Heykel sanatında üç boyutlu form üzerinden kurulan ölçü, denge ve düzen ilkeleri, vazo resimlerinde çizgisel anlatım ve tipolojik figür düzeni aracılığıyla yeniden üretilmiş; böylece atlet bedeni, farklı sanatsal mecralarda ortak bir estetik ve toplumsal değer sistemi içinde temsil edilmiştir.

Bu temsil biçiminin sistemli olarak görünür hâle gelmesi, MÖ 7. yüzyılın sonlarında siyah figür tekniğiyle üretilen vazolarla mümkün olmuştur. Bu döneme ait örneklerde atletlerin boks, güreş ve koşu gibi sportif etkinlikler sırasında betimlendiği sahneler dikkat çeker. Söz konusu vazolar, yalnızca gündelik kullanım nesneleri değil; aynı zamanda dinsel şenlikler ve kamusal oyunlar için özel olarak üretilen, siparişleri polis'in yönetici sınıfı ile dini kurumlar tarafından verilen kültürel nesnelerdi. Özellikle ödül amacıyla dağıtılan vazolar üzerinde yarışmalardan sahneler ile tanrısal figürlerin birlikte yer alması, sporun dinsel ve kamusal boyutunu görsel olarak belgelemiştir. Vazo resimleri, üzerlerindeki yazıtların yanı sıra betimlenen sahneler aracılığıyla da çok katmanlı anlamlar üreterek Antik Yunan toplumunun spor algısı hakkında önemli bilgiler sunar (Kocaispir & Köse, 2023). Bu bağlamda vazo ressamalarının eserleri, Eski Yunan sporu ve sportif müsabakaları için başlıca görsel kaynaklar arasında yer almakta; sanatın, sosyal yaşamdan beslenerek toplum içinde merkezi bir konuma sahip olan sporla nasıl iç içe geçtiğini açık biçimde ortaya koymaktadır.

Atletik etkinliklerin toplumsal ve törensel önemini yansıtan bu görsel dil, özellikle Arkaik döneme tarihlenen Attika siyah figürlü vazolarda yoğunlaşmaktadır. Özellikle siyah figürlü seramiklerde güreş, koşu, disk atma ve boks gibi atletik etkinlikler sıkça betimlenmiştir.



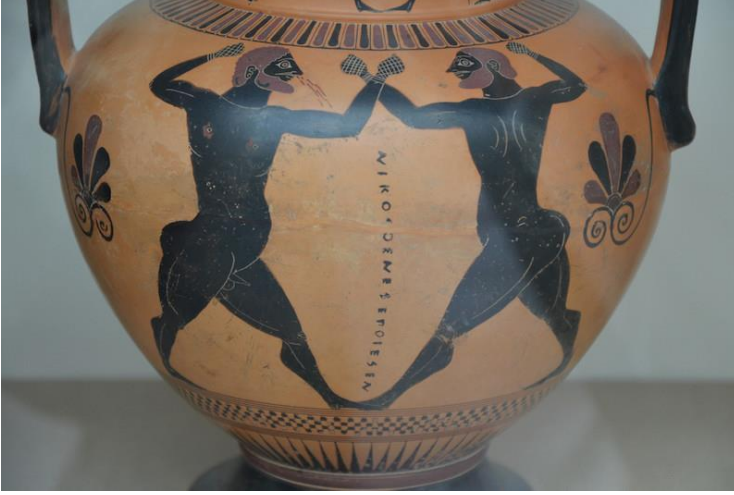
Şekil 4: Euphiletos Ressamı'na atfedilen Panathenaia ödül amphorası, MÖ yaklaşık 530. .

Arkaik Dönem Yunan vazo resimleri, spor temasını yalnızca yarışma sahneleri olarak değil, bedeninin disiplin, ölçü ve ideal form arayışıyla ilişkilendirildiği görsel bir alan olarak ele alır. Atlet figürleri çoğunlukla çıplak, belirgin kas yapısına sahip ve kontrollü duruşlar içinde betimlenmiş; bu sayede beden, hareket hâlinde olsa dahi belirli bir düzen ve denge anlayışı içinde sunulmuştur. Koşu, disk atma ya da güreş gibi sportif etkinliklerin vazo yüzeylerinde sıkça yer alması, sporun Arkaik Yunan toplumunda hem eğitimsel hem de estetik bir değer taşıdığını göstermektedir. Bu betimlemelerde figürler anlık bir dinamizmden çok, potansiyel hareketi ima eden şematik bir düzen içinde ele alınmış; ideal beden, bireysel özelliklerden arındırılarak tipolojik bir model hâline getirilmiştir. Böylece vazo resimleri, spor aracılığıyla bedeninin denetlenmiş, ölçülü ve toplumsal normlarla uyumlu bir ideal olarak kurgulandığı Arkaik sanat anlayışını yansıtır.



Şekil 5: Attika kırmızı figürlü kylix üzerinde atletik mücadele sahneleri. MÖ 490,

Amfora üzerine resmedilmiş boks sahneli resimde (Şekil x), spor teması yalnızca fiziksel bir mücadele olarak değil, ideal erkek bedeninin ve disiplinli hareket anlayışının görsel bir temsili olarak ele alınmaktadır. Figürlerin karşılıklı ve simetrik yerleşimi, kompozisyonda kontrollü bir gerilim yaratırken, boş arka plan anlatının tüm ağırlığını bedenlerin duruşuna ve jestlerine yüklemektedir. Atletlerin kas yapısı anatomik gerçeklikten ziyade şematik bir vurguyla aktarılmış; geniş omuzlar ve dar bel oranları, Arkaik dönemin ideal beden anlayışını sembolik düzeyde yansıtmıştır. Yumrukların kalkık pozisyonda betimlenmesi ve bacakların dengeli bir duruş sergilemesi, hareketin kendisinden çok hareket potansiyelini ön plana çıkararak sahneyi zamansız bir an içine sabitler. Yüz ifadelerinin nötr oluşu ise boksun bireysel bir duygu patlaması değil, toplumsal düzen ve erdem kavramlarıyla ilişkilendirilen bir pratik olarak algılandığını göstermektedir.



Şekil 6: Attika üretimi Boks maçını gösteren bir amfora, yaklaşık MÖ504

Sonuç olarak Arkaik dönemde sanat ve spor, toplumsal düzeni yansıtan ve pekiştiren iki paralel alan olarak karşımıza çıkar. Atlet bedeni, sanatta bireysel bir özne olarak değil, ideal yurttaşın temsili olarak kurgulanır. Sporun disiplin, ölçü ve kamusal görünürlikle ilişkisi, Arkaik sanatın biçimsel diliyle örtüşür. Bu birliktelik, Klasik dönemde daha dinamik, daha estetik ve daha bireyselleşmiş bir biçim alacak olan sanat ve spor ilişkisinin temelini oluşturur.

Klasik Dönemde Sanat ve Sporun İlişkisinin Dönüşümü (MÖ 480-323)

Arkaik Dönem'den Klasik Dönem'e geçiş, sanat ve spor anlayışında yalnızca biçimsel bir dönüşümü değil, aynı zamanda insan bedenine ve harekete yüklenen anlamın köklü biçimde yeniden tanımlanmasını da beraberinde getirmiştir. Arkaik sanatın ölçü, simetri ve şematik düzenle sınırlandırılmış atlet bedeni, Klasik Dönem'de gözleme dayalı anatomi, denge ve hareket potansiyeliyle ele alınmaya başlanmıştır. Bu süreçte spor, yalnızca yarışma ve disiplin pratiği olmaktan çıkarak, bedenin estetik, ahlaki ve entelektüel yetkinliğini görünür kılan bir kültürel ideal hâline gelmiştir. Sanat ise bu yeni spor anlayışını, ideal beden ile gerçek hareket arasındaki uyumu vurgulayan daha dinamik ve doğal betimlemeler aracılığıyla yansıtmıştır.

Arkaik Dönem'de temelleri atılan atlet betimleme geleneği, Klasik Dönem'de heykel ve vazo resimleri aracılığıyla sürdürülmüş; atlet figürü bu dönemde beden ideali, denge ve hareket anlayışını yansıtan temel bir ikonografik unsur hâline gelmiştir.

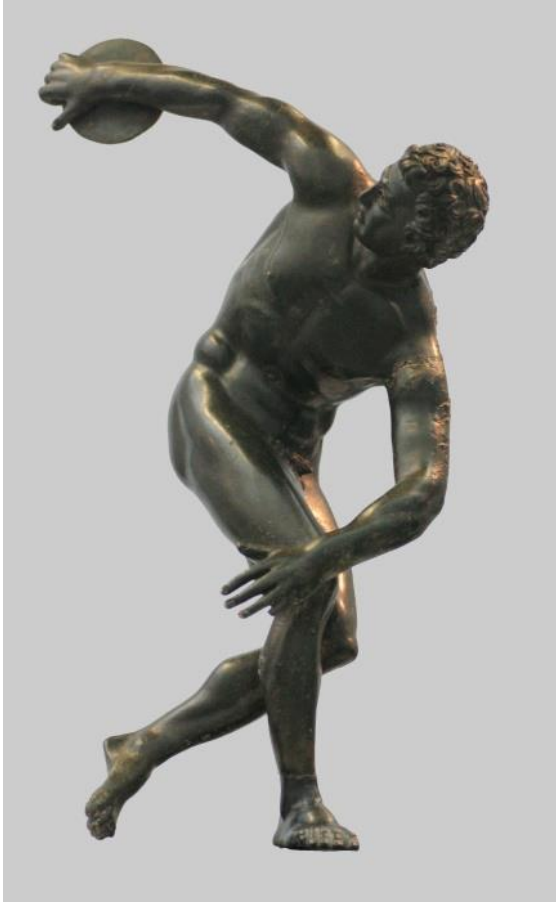
Batı sanatında beden temsilini en derinden etkileyen ve bu anlayışı kalıcı biçimde biçimlendiren temel referanslardan biri, Klasik Dönem Yunan heykelidir. Dönemin felsefi düşüncesi, özellikle Pisagorcu oran ve uyum anlayışı doğrultusunda gelişen bu sanat yaklaşımı, insan bedenini ölçü, denge ve bütünlük ilkeleri çerçevesinde ele alarak Batı heykel geleneğinde belirleyici bir kırılma yaratmıştır. Erken Klasik Dönem’de anatomik yapı artık parçalı bir biçimlendirme yerine, hareket ve ifade potansiyeli taşıyan bütüncül bir sistem olarak kavranmaya başlanmıştır; Arkaik Dönem’in önden, simetrik ve durağan duruşları yerini daha doğal ağırlık dağılımına bırakmıştır. Bu dönüşümün doruk noktası olarak kabul edilen Polykleitos’un *Doryphoros* (Mızrak Taşıyıcı) heykeli, ideal beden oranları ve dengeli duruş anlayışıyla Klasik heykel estetiğinin temel ilkelerini somutlaştırmaktadır (Altunel, 2023)



Şekil: 7 Polycleitos, *Doryphoros*, M.Ö. 450

Bu figürle birlikte Klasik Dönem sanatında yaşanan temel dönüşüm gözlemlenebilir. Heykellerde artık durağan ve önden simetrik duruşlar yerine, gövdenin ağırlığı çoğunlukla tek bir bacak üzerine aktarılmakta ve vücut ana ekseninde yumuşak bir çizgi oluşmaktadır. Hafifçe yana döndürülmüş omuzlar,

başın farklı yönler'e bakması veya kalçanın biraz yükseltilmesi gibi küçük müdahaleler, figürlere esneklik ve doğal bir görünüm kazandırmaktadır. Bu yaklaşım, Klasik heykel sanatında denge, hareket ve idealize edilmiş doğallık arasındaki uyumu somutlaştırmaktadır ("Yunan Mimarlığı ve Sanatı", 1997). Bu bağlamda Polykleitos'un Doryphoros (Mızrak Taşıyıcı) heykeli, Klasik dönemdeki sporcu ideal beden anlayışının en somut örneklerinden biridir. Heykeldeki atletik beden, kanon adı verilen ölçü ve oran sistemiyle idealize edilmiş; kas yapısı, duruş ve ağırlık aktarımıyla hareket ve denge arasındaki uyum görselleştirilmiştir. Doryphoros, yalnızca fiziksel mükemmelliği değil, aynı zamanda Klasik Yunan'da arzulanan ahlaki ve estetik ideali de yansıtarak, atletik bedenin hem spor hem de sanat bağlamındaki toplumsal değerini ortaya koymaktadır.



Şekil 8: Disk atıcısı (Discobolos), MÖ 450 dolayları

Klasik Yunan heykel geleneğinde atletik bedenin idealize edilmesi, yalnızca duruş ve oranlarla sınırlı kalmaz; aynı zamanda hareketin dinamiğini ve vücut kas yapısının doğallığını da gözler önüne serer. Bu bağlamda, Disk Atıcısı heykeli, genç bir atletin diski fırlatmaya hazırlandığı anı ustalıkla yakalar. Figürün öne eğilmiş duruşu, kolunu geriye savuruşu ve tüm vücudunu atışa katışı, çağdaş atletlerin bile Yunan üslubunu örnek alarak disk atmayı öğrenmesine ilham vermiştir (Gombrich, 2004). Heykelin anatomik çözümlemesine bakıldığında, vücudun ağırlık dağılımı, kasların gerilme ve gevşeme biçimi ile eklem açılarının doğal akışı, yalnızca görsel bir ideal yaratmakla kalmaz; aynı zamanda Klasik dönemdeki sporcu bedeni algısının ve atletik pratiğin anatomik doğrulukla sanat eserine aktarılmasının bir örneğini sunar. Bu açıdan Disk Atıcısı, Klasik dönemdeki heykel sanatının, insan bedenini hem estetik hem de fonksiyonel açıdan inceleme kapasitesini ortaya koyan önemli bir yapıt olarak değerlendirilebilir.



Şekil 9: “Apoxyomenos” Lysippus heykelinin bir temsili

Lysippos, MÖ yaklaşık 370–300 yılları arasında Sicyon ve Argos’ta etkinlik göstermiş ünlü bir Antik Yunan heykeltıraşıdır; özellikle uzun ve narin oranlara

sahip figürleri ile tanınmıştır. Lysippos, önceleri metal işçiliğiyle uğraşmış ve doğayı gözlemleyerek Polykleitos'un *Doryphoros* heykelinde ortaya konan ideal erkek oran sistemini kendi estetik anlayışı doğrultusunda yeniden yorumlamıştır; buna göre figürlerin başlarını daha küçük, gövdeyi ise daha ince ve uzun biçimde tasarlayarak eserlerine özgün bir görsel ritim kazandırmıştır. Bu yaklaşım, heykellere sadece görsel zerafet katmakla kalmaz, aynı zamanda figürlerin anatomik doğrallığını ve canlılığını güçlendirir; izleyici ile heykel arasındaki görsel ilişki, figürün ideal bedenini daha dinamik ve yaşanmış gibi algılamamıza olanak tanır. Lysippos'un en iyi bilinen eserlerinden biri olan *Apoxymenos* (strigil ile vücudunu temizleyen atlet), bu estetiğin sporcu bedenine uygulanmış örneklerinden biridir: baş-gövde oranı, kas yapısının işlenişi ve duruşun genel akışı, klasik sanatın durağan ifadesinden farklı olarak hareket ve yaşamın sürekliliğini vurgular (Encyclopaedia Britannica, t.y.)

Klasik dönemde heykel sanatında ulaşılan ideal oran, denge ve hareket anlayışı, vazo resimlerinin ikonografik ve biçimsel kurgusunu da doğrudan etkilemiştir. Arkaik dönemde daha şematik ve kuralcı bir beden diliyle betimlenen atlet figürü, Klasik dönemde heykelde geliştirilen doğal duruş ve devinim arayışlarının etkisiyle, vazo yüzeylerinde daha esnek ve gerçekçi bir anlatı kazanmıştır.



Şekil 10. Jason Altın Post ile geri dönüyor, MÖ 340–330

Golden Fleece (Altın Post), Yunan mitolojisindeki Altın Post efsanesini ve bu efsanenin kısa bir anlatımını sunar. Efsanenin merkezinde, altın yünü olan kanatlı bir koçun postu vardır; bu post, kral Aetes'in Kolkhis'teki kutsal bir korulukta sakladığı değerli bir simgedir. Jason liderliğindeki Argonotlar, Pelias'ın emriyle Jason'ın oğlak tahtını geri alabilmesi için bu postu bulmak ve getirmek üzere yola çıkarlar. Postu ele geçirmek için Jason'a Medea, Aeetes'in kızı, büyü ve akıl yoluyla yardım eder. Altın Post yalnızca mitolojik bir hazine değil, aynı zamanda otorite, krallık ve kahramanlık sembolü olarak algılanır.(wikipedia,2025). Apulia kırmızı figürlü kadehlerde betimlenen Jason sahnesi, yalnızca mitolojik bir hikâyeyi aktarmakla kalmaz, aynı zamanda Geç Klasik dönemin ideal beden anlayışını görselleştirir. Jason'ın vücudu, kas yapısı ve duruşuyla orantılı, simetrik ve estetik olarak mükemmel bir erkek figürü olarak tasvir edilmiştir. Bu idealizasyon, sadece fiziksel güzellik için değil, aynı zamanda karakter ve erdemın simgesi olarak da işlev görür; cesaret, kahramanlık ve liderlik gibi değerler Jason'ın bedeni üzerinden görselleştirilir. Böylece Jason, hem mitolojik bir kahraman olarak hem de Klasik dönemin estetik idealiyle bütünleşmiş bir insan formu olarak izleyiciye sunulur. Altın Post'u taşıyan figür, mitin sembolik anlamını bedensel mükemmellekle birleştirerek, izleyicinin hem hikâyeyi hem de estetik değerleri algılamasını sağlar.



Şekil 11: Darius Vazozu, MÖ 330–300

Darius Vazozu, Geç Klasik dönemde Magna Graecia'da Darius Painter tarafından yapılmış büyük bir Apulian kırmızı figürlü volüt krateri olup, yaklaşık MÖ 330–300 tarihli bu eser, Taranto çevresindeki Yunan çömlekçiliğinin ustalığını

ve Yunan ile Pers kültürel etkileşimini gösteren zengin ikonografisiyle, savaş sahneleri, tanrılar ve saray çevresi gibi farklı bölümleriyle antik Yunan sanatının anlatı gücünü yansıtır (TeacherCurator, 2025). Vazodaki Yunan figürleri, Klasik dönemin ideal beden anlayışını somutlaştırır; kas yapısı, simetrik ve orantılı vücut oranları, duruşları ve sakın yüz ifadeleriyle hem fiziksel mükemmelliği hem de cesaret ve kahramanlık gibi erdemleri simgeler. Pers figürleri ise daha stilize veya az idealize edilerek, kültürel ve etnik farklılıkların görsel olarak vurgulanmasını sağlar ve Yunan idealinin ön plana çıkmasına hizmet eder. Bu yönüyle Darius Vazozu, hem mitolojik ve tarihî anlatıyı hem de Klasik dönemin estetik ve bedensel ideallerini bir arada sunan önemli bir görsel kaynaktır.

Sonuç: Antik Yunan'da Sanat ve Sporun Ayrılmazlığı

Bu çalışma, Antik Yunan toplumunda sanat ve sporun birbirinden bağımsız alanlar olarak değil, ortak toplumsal değerler ve pratikler etrafında şekillenen iki iç içe alan olarak ele alınması gerektiğini ortaya koymayı amaçlamıştır. Arkaik ve Klasik dönemler üzerinden yürütülen inceleme, atlet bedeninin sanatsal temsillerinin yalnızca estetik kaygılarla değil, toplumsal düzen, yurttaşlık bilinci ve kamusal görünürlük gibi kavramlarla doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir.

Arkaik dönemde sanat ve spor, disiplin, ölçü ve düzen vurgusu etrafında birleşir. Kouros heykelleri ve erken dönem vazo resimlerinde atlet bedeni, bireysel kimlikten ziyade ideal bir yurttaş tipini temsil eder. Bu temsillerde hareket sınırlı, beden kontrollü ve simetriktir. Spor, bu bağlamda bedeni eğiten ve onu toplumsal normlara uygun hâle getiren bir pratik olarak karşımıza çıkar. Sanat ise bu düzenli bedeni idealize ederek kamusal alanda görünür kılar.

Klasik dönemde ise sanat ve spor arasındaki ilişki daha dinamik ve estetik bir boyut kazanır. Atlet bedeni, duruşu ve hareket hâlindeki betimlemeleriyle hem fiziksel gücün hem de ölçü ve uyumun ifadesi hâline gelir. Myron'un Diskobolos'u ile Polykleitos'un Doryphoros'u gibi yapıtlar, atletik bedenin yalnızca fiziksel performansı temsil eden bir unsur olmadığını; bunun ötesinde, Antik Yunan düşüncesinde etik değerler ve estetik ölçütlerle ilişkilendirilen ideal bir insan tasavvurunu yansıttığını göstermektedir. Bu dönemde spor, bireysel yetkinliğin ve toplumsal prestijin güçlü bir simgesine dönüşürken; sanat, bu simgeyi kalıcı bir anlatıya dönüştürür.

Arkaik'ten Klasik'e uzanan süreç, bedenin toplumsal anlamında yaşanan dönüşümü açıkça gözler önüne serer. Statik ve tipolojik bedenden hareketli ve idealleştirilmiş bedene geçiş, yalnızca sanatsal tekniklerin gelişimiyle açıklanamaz. Bu dönüşüm, Antik Yunan toplumunda bireyin kamusal alandaki konumunun, yurttaşlık anlayışının ve bedenle kurulan ilişkinin değişmesiyle yakından

bağlantılıdır. Sanat ve spor, bu değişimi paralel biçimde yansıtarak ortak bir toplumsal anlatı oluşturur.

Sonuç olarak Antik Yunan’da sanat ve spor, toplumsal yaşamın farklı alanlarında var olan ancak aynı değerler sistemine dayanan iki pratik olarak değerlendirilmelidir. Beden, bu iki alanın kesiştiği temel zemin olarak karşımıza çıkar. Atlet bedeni üzerinden kurulan bu ortak dil, Antik Yunan’ın estetik, etik ve toplumsal ideallerini görünür kılar. Sanat ve sporun bu ayrılmazlığı, yalnızca Antik Yunan’a özgü bir durum değil; Batı kültüründe beden, performans ve temsil arasındaki ilişkinin tarihsel kökenlerini anlamak açısından da belirleyici bir miras sunar.

KAYNAKÇA

- Altunel, L. (2023). Antik Yunan ve Roma Heykel Sanatında Beden. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 12(8), 983–994.
<https://www.acarindex.com/pdfs/1298283>
- Boardman, J. (2001). *Yunan Heykeli: Arkaik Dönem* (Y. Ersoy, Çev.). Homer Kitabevi ve Yayıncılık Ltd. Şti.
- Demirel İnal, E. A., & İnal, R. (2024). Sport and Art. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 26(2), 275–281.
<https://doi.org/10.15314/tsed.1464330>
- Encyclopaedia Britannica. (t.y.). *Lysippus*. Britannica.
<https://www.britannica.com/biography/Lysippus>
 (Erişim tarihi: 24 Aralık 2025)
- Gombrich, E. H. (2004). *Sanatın Öyküsü* (4. baskı). Remzi Kitabevi.
- Hauser, A. (2021). *Sanatın Toplumsal Tarihi – 1: Tarih Öncesi Çağlardan Orta Çağ'a*. Kırmızı Yayınları.
- Kocaispir, A., & Köse, S. (2023). Eski Yunanistan'da Spor ve Atletizm Müsabakalarının Vazo Resimleri Üzerindeki Yansımaları Üzerine Bir Değerlendirme. *EGE 8th International Conference on Social Sciences Proceedings Book* içinde (ss. 287–299). Academy Global Publishing House.
- Özçakır, S. (2017). *Spor Bilimlerine Giriş* (N. Mirzeoğlu, Ed.). Spor Yayınevi ve Kitabevi.
- Sayın Alsan, Ş. (2018). *Başlangıçtan Bu Yana Sanatın ve Yaratıcılığın Tarihi*. Gece Kitaplığı.
- Şener, O. A. (2018). Antik Çağ Yunan Uygarlığında Sportif Şenlikler ve Etkileri. *The Journal of International Social Research*, 11(61).
<https://doi.org/10.17719/jjsr.2018.2943>
- TeacherCurator. (2025). *Darius vase*. TeacherCurator: Ancient Greek Art.
<https://www.teachercurator.com/ancient-greek-art/darius-vase/>
 (Erişim tarihi: 22 Aralık 2025)
- The Human Body in Greek Art and Thought. (t.y.). *GDC Interiors*.
<https://www.gdcinteriors.com/body-in-greek-art/>
 (Erişim tarihi: 24 Aralık 2025)
- Turani, A. (1980). Grek Sanatı. *Bateş Sanat Tarihi Ansiklopedisi* içinde (Cilt 1). Bateş Yayınları.
- Wikipedia. (t.y.). *Golden Fleece*.
https://en.wikipedia.org/wiki/Golden_Fleece
 (Erişim tarihi: 24 Aralık 2025)
- Yunan mimarlığı ve Sanatı. (1997). *Eczacıbaşı Sanat Ansiklopedisi* (Cilt 3). Yapı-Endüstri Merkezi Yayınları.

ŞEKİLLER KAYNAKÇA:**Şekil 1**

Archaeologists. (t.y.). *Kouros*. Erişim tarihi: 20 Aralık 2025, <https://www.archaeologists.com/i/337/kouros?gobacklng=tr>

Şekil 2

KMG Art History. (t.y.). *Getty Kouros*. Erişim tarihi: 23 Aralık 2025, <https://arthistorykmg.omeka.net/exhibits/show/gettykouros/item/99>

Şekil 3

ArkeoWomen. (2017). *Kritios Oğlanı*. Erişim tarihi: 23 Aralık 2025, <https://arkeowomen.blogspot.com/2017/01/kritios-oglani.html>

Şekil 4

Wikipedia. (t.y.). *Euphiletos Painter Panathenaic prize amphora*. Erişim tarihi: 20 Aralık 2025, https://en.wikipedia.org/wiki/Euphiletos_Painter_Panathenaic_prize_amphora

Şekil 5

Wikipedia. (t.y.). *Kylix depicting athletic combats by Onesimos*. Erişim tarihi: 24 Aralık 2025, https://en.wikipedia.org/wiki/Kylix_depicting_athletic_combats_by_Onesimos

Şekil 6

Arkeoloji ve Sanat. (t.y.). *Roma İmparatorluğu'nda boks sporu nasıl yapılırdı?* Erişim tarihi: 24 Aralık 2025, https://www.arkeolojisanat.com/shop/blog/roma-imparatorlugunda-boks-sporu-nasil-yapilirdi_3_1182084.html

Şekil 7

Wikipedia. (t.y.). *Doriforos*. Erişim tarihi: 23 Aralık 2025, <https://tr.wikipedia.org/wiki/Doriforos>

Şekil 8

Wikipedia. (t.y.). *Diskobolos*. Erişim tarihi: 24 Aralık 2025, <https://tr.wikipedia.org/wiki/Diskobolos>

Şekil 9

Encyclopaedia Britannica. (t.y.). *Lysippus*. Erişim tarihi: 20 Aralık 2025, <https://www.britannica.com/biography/Lysippus>

Şekil 10

Wikipedia. (t.y.). *Golden Fleece*. Erişim tarihi: 24 Aralık 2025, https://en.wikipedia.org/wiki/Golden_Fleece

Şekil 11

Teacher Curator. (t.y.). *Darius Vase*. Erişim tarihi: 24 Aralık 2025, <https://www.teachercurator.com/ancient-greek-art/darius-vase/>

—◆—
3. Bölüm
—◆—

BİATLON KONUSUNDA YAPILAN MAKALELERE YÖNELİK BİR BİBLİYOMETRİK ANALİZ

Eser AĞGÖN¹
Öztürk AĞIRBAŞ²

Ağgön, E., & Ağırbaş, Ö. (2025). Biatlon konusunda yapılan makalelere yönelik bir bibliyometrik analiz. In **R. Cengiz & İ. Doğan (Eds.),** *Kış sporlarından antik sanata: Toplumsal bağlamda spor ve kültür* (pp. 41–52). Duvar Yayınları.

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü
eser.aggon@marmara.edu.tr <https://orcid.org/0000-0002-2623-6869>

²Artvin Çoruh Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü
ozturkagirbas@artvin.edu.tr <https://orcid.org/0000-0002-6185-024X>

1. GİRİŞ

Spor kavramı tarihi neredeyse insanlık tarihi kadar eskidir. Spor, bir amaç doğrultusunda ve mücadele gerekliliği içerisinde, bir kişinin/grubun kuralları önceden belirlenmiş bir sistem içerisinde, bir başkasına/gruba, doğaya ya da herhangi bir nesneye karşı üstün gelme gayreti olarak ifade edilebilir. Sportif faaliyetler tarih boyunca toplumlara ve kültürlere göre gelişen ve değişebilen bir takım kurallı oyunlar şeklinde karşımıza çıkmaktadır. Bazı spor branşları ise birbirinden bağımsız farklı spor branşlarından oluşan kombine branşlar olarak meydana gelmişlerdir. Bunlardan birisi de Biatlon'dur.

1960 yılından beri bir olimpiik spor branşı olan Biatlon, kros kayağı (paten tekniğı) ile tüfekle atışın birleştiğı, yüksek düzeyde aerobik kapasite gerektiren bir dayanıklılık spor dalıdır. 1980'li yıllarda kayma (skating) tekniğinin gelişmesi, ekipman, parkur hazırlığı ve antrenmanlardaki önemli iyileşmeler, yarışmalardaki kayak hızlarını artırmıştır. Biatlonda başarı, yüksek şiddetli kayak performansının ardından hızlı bir şekilde toparlanarak isabetli ve seri atış yapabilmeyi gerektirir (Smith, 1990; Laaksonen, Ainegren ve Lisspers, 2011; Laaksonen, Jonsson ve Holmberg, 2018).

Biatlon her ne kadar iki ayrı branşın birleşimi olsa ve bu iki branştaki bilimsel çalışmalardan etkileniyor olsa da, özellikle biatlon üzerine yapılmış yüzlerce çalışma vardır. Bu çalışmalar farklı içerik ve farklı bilimsel yöntemlerle gerçekleştirilmesine rağmen, biatlon konusunda bibliyometrik bir analize rastlanmamıştır. Bibliyometrik analiz, bir bilim dalıyla ilgili literatürdeki bir konu hakkındaki çalışmaların yönelim ve gelişimini ortaya koymak için, araştırmacının belirlemiş olduğı sınırlılıklara göre, yapılan çalışmalar arasındaki ilişkileri incelemeye yarayan bir tekniktir (Üstdiken ve Pasadeos, 1993; Kara ve Özsarı, 2024). Bibliyometrik çalışmalarda atıf, kişi, konu, ülkelerin dağılımı veya yayın türü gibi değişkenlere göre inceleme imkânı verir (Zeren ve Kaya, 2020).

Biatlon branşına yönelik “Web of Science” veri tabanı içerisinde, 2000-2025 yılları arasında yapılan ve “Spor Bilimleri” kategorisinde yer alan makalelerin bibliyometrik analizi ile Biatlon branşı farklı bir perspektiften incelenmeye çalışılmıştır. Araştırmada belirlenen sınırlılıklar dahilinde ulaşılan sonuçlar tablo ve ilişki ağlarını gösteren şekiller olarak sunulmuştur.

2. MATERYAL VE METOD

2.1. Araştırma Yöntemi

Yapılan bu araştırmada nicel bir yöntem olan bibliyometrik analiz tekniği kullanılmıştır.

2.2. Araştırma Sınırlılıkları

Bu araştırma;

- Web Of Science veri tabanı ile
- “Biathlon” kavramı ile
- Spor Bilimleri alanında yapılan çalışmalarla
- Makalelerle,
- 2000-2025 yılları arası yapılan çalışmalarla sınırlıdır.

2.3. Evren ve Örneklem

Web Of Science veri tabanına göre araştırmanın evrenini 426 bilimsel çalışma oluştururken örneklemi ise yukarıdaki sınırlılıklara göre ulaşılan 147 çalışma oluşturmaktadır.

2.4. Verilerin Toplanması

Araştırmada veriler Artvin Çoruh Üniversitesi Kütüphane sistemi üzerinden abone veri tabanlarına ulaşılarak “web of science” bağlantısı kurulmuştur.

Arama için anahtar kelime olarak “biathlon” yazıldıktan sonra, bilim alanı, yıl ve kategorilere göre önceden belirlenen sınırlılıklar doğrultusunda filitrelemeler yapılmış, kullanılacak olan analiz programına uygun “text” dosyası formatında veriler elde edilmiştir.

2.5. Verilerin Analizi

Veri toplama süreciyle elde edilen veriler VOSviewer 1.6.20 programı ile analiz edilmiştir. VOSviewer programı, elde edilen verileri görselleştiren bir programdır (Kara ve Özşarı, 2024). VOSviewer, dergileri, araştırmacıları veya bireysel yayınları içerebilen bibliyometrik ağlar oluşturan ve görselleştiren, bu ağları atıf, bibliyografik eşleşme, ortak atıf veya ortak yazarlık gibi ilişkilere dayalı olarak oluşturulabilen bir yazılımdır (<https://www.vosviewer.com>, 2025).

3. BULGULAR

3.1.Ortak Yazar Analizi

Toplam 164 yazardan en az 3 yayına sahip olma kriteri üzerinden 10 yazar arasındaki ilişki şu şekildedir;

Tablo 1. En az 3 yayına sahip araştırmacıların ortak yazarlık durumu

SIRA	YAZAR	YAYIN SAYISI	TOPLAM BAĞLANTI GÜCÜ
1	Marko Laaksonen	12	22
2	Vesa Linnamo	4	13
3	Miika Koykka	3	11
4	Keijo Ruotsalainen	3	11
5	Simo Ihalainen	3	10
6	Harri Luchsinger	4	8
7	Oyvind Sandbakk	4	8
8	Jan Kocbach	3	6
9	Glenn Bjorklund	5	5
10	Craig Staunton	4	4



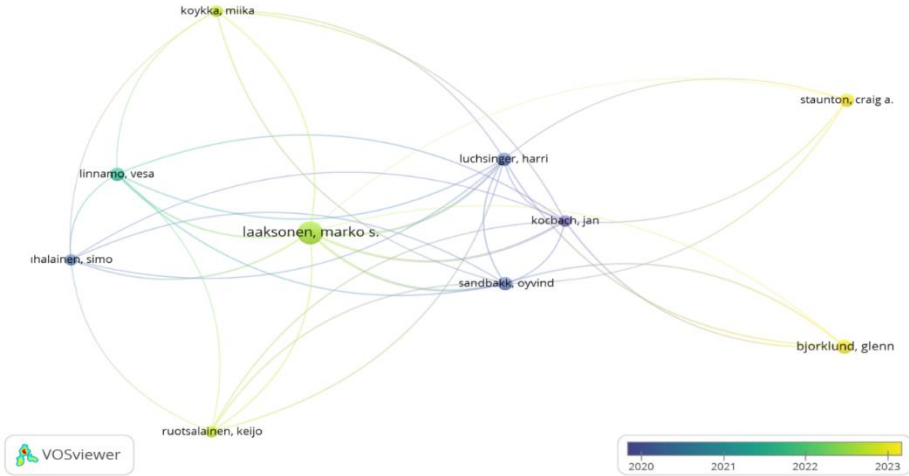
Şekil 1. Ortak yazar analizi

18 bağlantı ve bütün yazarlar arasında toplam 49 bağlantı gücü olarak tespit edilen analizde ayrıca Simo Ihalainen, Miika Koykka, Vesa Linnamo ve Keijo Ruotsalainen bir küme; Jan Kocbach, Harri Luchsinger ve Oyvind Sandbakk bir küme son olarak Glenn Bjorklund, Marko Laaksonen ve Craig Staunton bir küme olmak üzere toplam 3 küme etrafında yoğunluk olduğu, üç kümelenmenin ise Marko Laaksonen etrafındaki bağlantılardan kaynaklandığı görülmektedir (Şekil 1).

3.2. Yazarların Atıf Analizi

Tablo 2. En fazla atıf sayısına sahip 10 yazar

SIRA	YAZAR	ATIF SAYISI	TOPLAM BAĞLANTI GÜCÜ
1	Marko Laaksonen	107	94
2	Harri Luchsinger	92	75
3	Oyvind Sandbakk	92	75
4	Jan Kocbach	92	70
5	Vesa Linnamo	51	44
6	Simo Ihalainen	51	37
7	Glenn Bjorklund	38	29
8	Miika Koykka	16	29
9	Keijo Ruotsalainen	16	29
10	Craig Staunton	11	16



Şekil 2. Yazarların atıf analizi

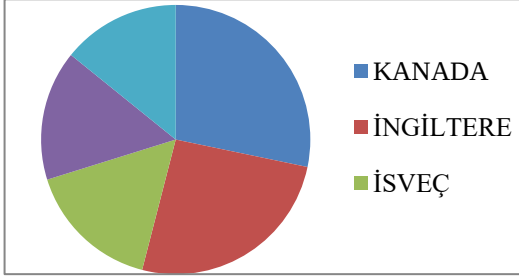
En az 3 yayın ve 3 atıf sayısına sahip olma kriteri sonucunda 10 araştırmacının atıf analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda Glenn Bjorklund, Jan Kocbach,

Harri Luchsinger, Oyvind Sandbakk ve Craig Staunton bir küme; Simo Ihalainen, Marko Laaksonen, Vesa Linnamo ve Keijo Ruotsalainen bir küme; Miika Koykka bir küme olmak üzere toplam 3 küme, 35 bağlantı ve 249 toplam bağlantı gücü olduğu tespit edilmiştir. Bu 3 kümelenmenin ise Marko Laaksonen etrafındaki bağlantılardan kaynaklandığı görülmektedir (Şekil 2).

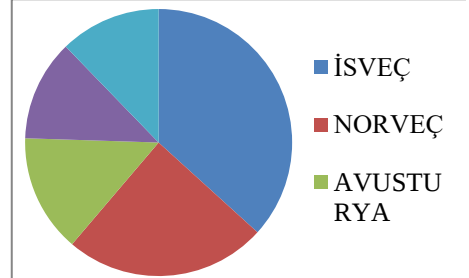
3.3. Ülkelerin Atıf Analizi

Tablo 3. Biathlonla ilgili yayın yapan ülkeler

Kanada	İsviçre	Fransa	Slovenya
İngiltere	Almanya	Rusya	İspanya
İsveç	Amerika	Portekiz	Avusturalya
Norveç	İtalya	Polonya	Güney Kore
Avusturya	Finlandiya	Çin	



Şekil 3. En fazla yayına sahip 5 ülke



Şekil 4. En fazla atıfa sahip 5 ülke

Fransa ve İtalya ülkelerinin yayın sayıları fazla olmasına rağmen atıf sayıları düşüktür. Aynı şekilde Kanada ve İngiltere ülkelerinin atıf sayıları fazla olmasına rağmen yayın sayıları azdır. İsveç, Avusturya ve Norveç ülkelerinde ise hem yayın hem de atıf sayısı oldukça yüksektir (Şekil 3 ve Şekil 4)

Toplam 19 ülkeden en az 4 yayın ve en az 4 atıf sayısına sahip olma kriteri üzerinden 8 ülke arasındaki ilişki şu şekildedir;

Tablo 4. En fazla atıf sayısına sahip 8 ülke

SIRA	ÜLKE	ATIF SAYISI	TOPLAM BAĞLANTI GÜCÜ
1	İsveç	147	60
2	Norveç	142	57
3	Avusturya	129	30
4	Almanya	105	2
5	İtalya	54	3
6	Finlandiya	52	29

7	Fransa	34	15
8	Rusya	33	18

Yapılan analiz sonucunda Finlandiya, Rusya ve İsveç bir küme; Avusturya ve İtalya bir küme; Almanya ve Norveç bir küme; Fransa bir küme olmak üzere toplam 4 küme, 18 bağlantı ve 107 toplam bağlantı gücü olduğu tespit edilmiştir. Bu 4 kümelenmenin ise Norveç ve İsveç etrafındaki bağlantılardan kaynaklandığı görülmektedir (Şekil 5)



Şekil 5. Ülke atıf analizi

3.4.Kaynak Atıf Analizi

Toplam 28 kaynaktan en az 3 yayın ve en az 3 atıfa sahip olma kriteri üzerinden 6 kaynak arasındaki ilişki şu şekildedir;

Tablo 5. En fazla atıf alan kaynaklar

SIRA	KAYNAK	ATIF SAYISI	TOPLAM BAĞLANTI GÜCÜ
1	International Journal of Sports Physiology and Performance	137	23
2	International Journal of Sports Medicine	110	0
3	Frontiers in Sports and Active Living	71	11
4	Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports	51	8
5	Journal of Sports Sciences	38	5

6	European Journal of Sport Science	21	5
---	-----------------------------------	----	---

En az 3 yayın ve 3 atıf kriterine göre yapılan analiz sonucunda Frontiers in Sports and Active Living, International Journal of Sports Physiology and Performance ve Journal of Sports Sciences bir küme; European Journal of Sport Science ve Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports bir küme olmak üzere toplam 2 küme, 7 bağlantı ve 26 toplam bağlantı gücü olduğu tespit edilmiştir. Bu 2 kümelenmenin ise International Journal of Sport etrafındaki bağlantılardan kaynaklandığı görülmektedir (Şekil 6).

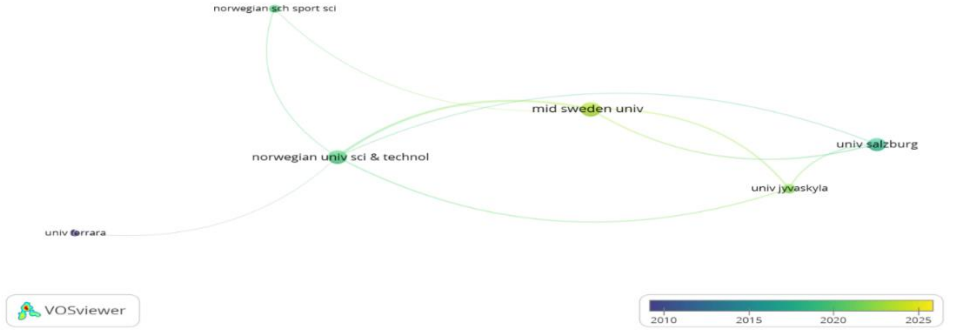


Şekil 6. Kaynak atıf analizi

3.5.Kurum Atıf Analizi

Tablo 6. En fazla atıf alan kurumlar

SIRA	KURUM	ATIF SAYISI	TOPLAM BAĞLANTI GÜCÜ
1	Mid Sweden University	111	47
2	Norwegian University of Science and Technology	100	42
3	University of Salzburg	90	19
4	University of Jyväskylä	51	24
5	Norwegian School of Sport Sciences	36	5
6	University of Ferrara	24	1



Şekil 7. Kurum atıf analizi

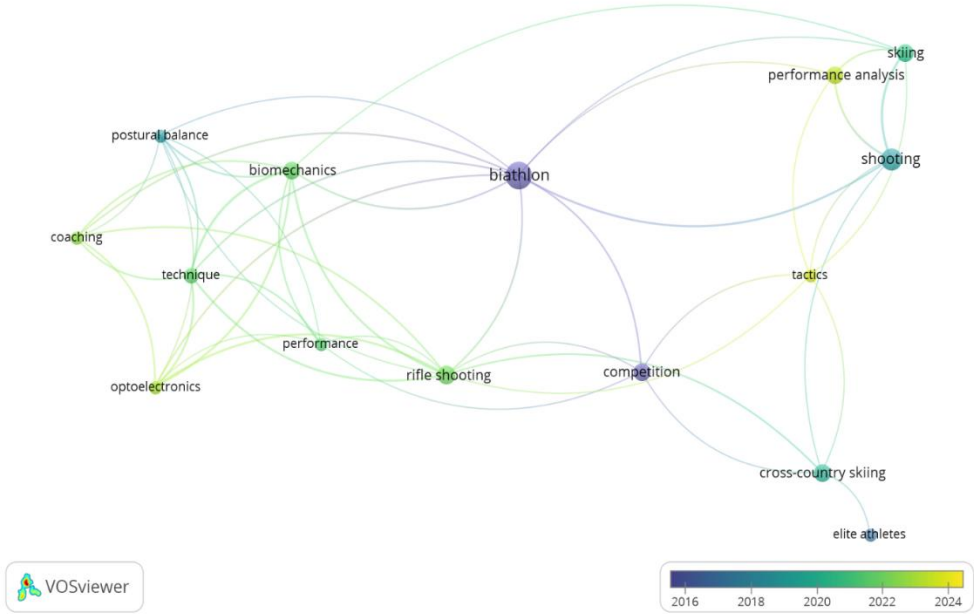
83 araştırmacıdan en az 3 yayın ve 3 atıf sayısına sahip olma kriteri sonucunda 6 kurumun atıf analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda Mid Sweden University, University of Jyvaskyla ve University of Salzburg bir küme; Norwegian University of Science and Technology ve University of Ferrara bir küme; Norwegian School of Sport Sciences bir küme olmak üzere toplam 3 küme, 9 bağlantı ve 69 toplam bağlantı gücü olduğu tespit edilmiştir. Bu 3 kümenin ise Norwegian University of Science and Technology, Mid Sweden University ve University of Salzburg kurumlarının etrafındaki bağlantılardan kaynaklandığı görülmektedir (Şekil 7).

3.6. Anahtar Sözcük Analizi

Anahtar sözcüklerin arama kriterlerine en az 3 veya daha fazla tekrarlanan anahtar sözcük dahil edilmiştir. Arama sonuçlarında 156 anahtar sözcükten bu kriteri sağlayan 15 anahtar sözcük analiz edilmiştir.

Tablo 7. En fazla kullanılan anahtar kelimeler

NO	SÖZCÜK	TEKRARLANMA SAYISI	TOPLAM BAĞLANTI GÜCÜ
1	Biathlon	13	18
2	Shooting	8	12
3	Rifle Shooting	6	19
4	Biomechanics	5	19
5	Skiing	5	9
6	Performance Analysis	5	7
7	Competition	5	6
8	Cross-Country Skiing	5	6
9	Technique	4	18
10	Optoelectronics	3	15
11	Coaching	3	11
12	Postural Balance	3	9
13	Performance	3	8
14	Tactics	3	6
15	Elite Athletes	3	1



Şekil 8. Anahtar sözcük analizi

Yapılan analiz sonucunda biomechanics, coaching, optoelectronics, performance, postural balance, rifle shooting ve technique bir küme; competition, cross-country skiing, elite athletes ve tactics bir küme; biathlon, performance analysis, shooting ve skiing bir küme olmak üzere toplam 3 küme, 46 bağlantı ve 82 toplam bağlantı gücü olduğu tespit edilmiştir. Bu 3 kümelenmenin ise biathlon, shooting ve cross-country skiing etrafındaki bağlantılardan kaynaklandığı görülmektedir. En fazla kullanılan anahtar sözcükler ise sırasıyla biathlon (n:13), shooting (n:8), rifle shooting (n:6), biomechanics (n:5) ve skiing (n:5) olduğu görülmüştür (Şekil 8).

4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Biathlon konusunda “Web of Science” veri tabanı içerisinde yer alan dergilerdeki makalelerde 2000-2025 yılları içerisinde ve sadece spor bilimleri alanında yapılan makalelere yönelik yaptığımız bibliyometrik analiz sonucunda;

✓ En çok yayın yapan ve aynı zamanda en yüksek bağlantı gücüne sahip yazarın Marko Laaksonen olduğu,

✓ Yayınlarına en çok atıf yapılan ve bu konuda da en yüksek bağlantı gücüne sahip yazarın yine Marko Laaksonen olduğu,

✓ Fransa ve İtalya’nın yayın sayıları fazla olmasına rağmen atıf sayıları düşük iken Kanada ve İngiltere’nin ise atıf sayıları fazla olmasına rağmen yayın sayılarının düşük olduğu,

✓ Biatlon konusunda en yüksek yayın sayısı ve toplam bağlantı gücüne sahip dergi International Journal of Sports Physiology and Performance olduğu,

✓ En çok atıf alan yazarların bağlı olduğu kurumlara göre atıf sayısı ve toplam bağlantı gücü bakımında ilk sırada Mid Sweden University olduğu,

✓ Araştırmanın en önemli bulguları arasında yer alan çalışmalardaki anahtar kelimeler bakımından ise konunun kendisini ihtiva etmesi bakımından “Biathlon” kelimesi ilk sırada yer alırken biatlon ile ilgili olarak en sık karşılaşılan ve en yüksek bağlantı gücüne sahip anahtar kelimeler ise sırasıyla “Shooting”, “Rifle Shooting”, “Biomechanics” ve “Skiing” olarak tespit edildi.

Son dönemlerde bilimsel araştırmaların birçok ilişkişel yönden incelenmesi konusunda yaygınlaşan bibliyometrik analiz yöntemi ile diğer branşlar ya da spor bilimlerinin diğer konularına yönelik olarak TR Dizin ve Scopus gibi farklı indekslerde taranan çalışmaları da incelenmesini öneririz.

KAYNAKLAR

<https://www.vosviewer.com>, 2025 (Erişim Tarihi: 23.12.2025)

- Kara, M., & Özsarı, A. (2024). Sporda Uyarılmışlık Kavramı Üzerine Yapılan Çalışmaların VOSviewer ile Bibliyometrik Analizi. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 6(3), 200-210.
- Laaksonen, M. S., Ainegren, M., & Lisspers, J. (2011). Evidence of improved shooting precision in biathlon after 10 weeks of combined relaxation and specific shooting training. *Cognitive behaviour therapy*, 40(4), 237-250.
- Laaksonen, M. S., Jonsson, M., & Holmberg, H. C. (2018). The Olympic biathlon—recent advances and perspectives after Pyeongchang. *Frontiers in physiology*, 9, (796), 1-6.
- Smith, G. A. (1990). Biomechanics of cross-country skiing. *Sports Med.* 9, 273–285. doi: 10.2165/00007256-199009050-00003
- Üsdiken, B., & Pasadeos, Y. (1993). Türkiye’de örgütler ve yönetim yazını. *Amme İdaresi Dergisi*, 26(2), 73-93.
- Zeren, D., & Kaya, N. (2020). Dijital pazarlama: Ulusal yazının bibliyometrik analizi. *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 35-52.

— ♦ —
4. Bölüm
— ♦ —

TÜRK HALK OYUNLARININ
KÜLTÜREL KİMLİK VE FİZİKSEL AKTİVİTE AÇISINDAN
İNCELENMESİNE YÖNELİK NİTEL BİR ARAŞTIRMA

Ramazan AKKUŞ¹

Akkuş, R. (2025). Türk halk oyunlarının kültürel kimlik ve fiziksel aktivite açısından incelenmesine yönelik nitel bir araştırma. **In R. Cengiz & İ. Doğan (Eds.),** *Kış sporlarından antik sanata: Toplumsal bağlamda spor ve kültür* (pp. 53–63). Duvar Yayınları.

¹ Öğr. Gör., Bayburt Üniversitesi,
ramazanakkus@bayburt.edu.tr, <https://orcid.org/0009-0003-0587-6490>.

1. GİRİŞ

Türk halk oyunları, yalnızca geçmişten miras kalan bir kültür unsuru değil, aynı zamanda toplumların sosyolojik dönüşümlerini okunabilir kılan canlı bir bellek niteliği taşımaktadır. Anadolu'nun farklı bölgelerinde oluşan oyun biçimleri, tarih boyunca karşılaşılan göç hareketlerini, toplumsal ilişkileri, inanç sistemlerini ve gündelik yaşam alışkanlıklarını kendi içinde barındırarak kuşaklar boyunca aktarılmıştır. Bu yönüyle halk oyunları, kültürel sürekliliğin sağlanmasında olduğu kadar, toplumların aidiyet duygusunun güçlenmesinde de önemli bir işlev üstlenir. Bugün çeşitli sahne düzenlemeleri, eğitim programları ve sanatsal çalışmalar aracılığıyla halk oyunlarının yeniden yorumlanması, bu mirasın hem korunmasına hem de çağın dinamiklerine uygun biçimde yaşatılmasına katkı sağlamaktadır. Kültürel kimliğin en önemli bölgesel unsurlarından birisi olan halk oyunları, kültürel kimliğin gelişerek toplumdan topluma getirilmesi noktasında önemli bir görevi görmektedir. Halk oyunları halkların kültürlerinin bu anlamda yaşayan kolu olarak gösterilebilir. Atalarımızın Anadolu'nun çeşitli yerlerini yurt etmesi sonucu farklı bölgelerde çeşitli halk oyunları ortaya çıkmaya başlamış ve bu oyunlar unutulmadan gelişerek bugüne kadar gelmiştir. Sahip olunan kültürel zenginlik diğer birçok alanda olduğu gibi halk dansları, halk oyunları kategorisinde de kendisini hissettirmiş ve tarih boyunca bu oyunlar sayesinde kültürel benliğimiz bugüne kadar gelmiştir. Coğrafyamızın farklı bölgeleri içerisinde oynanan bütün oyunlarda bu coğrafyalarda daha önce yaşamış olan uygarlıkların izlerini görmek mümkündür. Önceki uygarlıklardan alınan kültürel miras, ekonomik ve sosyal tüm değerler toplumsal gelişim sürecinde harmanlanarak günümüzdeki halini almıştır. Bu anlamda toplum olarak avcı ve savaşçı bir yapıya sahip olmamız taklit gibi oyun gibi sanatsal alanların gelişimine destek olmuştur. Ayrıca doğadaki hayvan sesleri vb., varlıkların taklit edilmesi sanatın doğuşuna ve gelişimine de bir anlamda yardımcı olmuştur (Fischer,2012). Halk oyunları, tarih boyunca milletlerin kültürel dokusunda önemli izler bırakmış ve günümüzde de varlığını sürdürmektedir. İnsanlık tarihinin erken dönemlerinde, avcılık ve savunma gibi hayatta kalma mücadeleleri sırasında insanlar, başarıya ulaştıklarında zaferlerini ve sevinçlerini beden hareketleriyle ifade etme ihtiyacı hissetmişlerdir. Zorluklarla geçen bu süreçlerin ardından, kazanılan başarılar ritmik adımlar ve figürlerle kutlanmış, bu da hareketin en temel ve ilkel formunun meydana gelmesine olanak sağlamıştır. Zamanla, bu duygusal ve bedensel ifadeler sesle birleşerek daha karmaşık yapılar kazanmış ve belirgin bir form almaya başlamıştır. Türk kültüründe halk oyunları, uzun tarihî süreçler boyunca gelişmiş ve geniş bir kültürel miras olarak saygınlık kazanmıştır (Baykurt, 1976; Özkan ve ark., 2013).

Antik Yunan’da, Platon her topluluğun bir dans eğiticisine sahip olması gerektiğini belirtmiş ve ritmik jimnastikle başlayan dans eğitiminin erkek çocuklarının öğrenim programlarında zorunlu bir unsur olduğunu ifade etmiştir (Yeşiltaş, 2011). Platon’un "Kanunlar" eserinde de yer aldığı üzere, müzik, dans ve okuma gibi uygulamaların doğru şekilde kullanılması, çocukların zihinsel ve fiziksel gelişiminde önemli katkılar sağlayabilmektedir (Şener, 2015). Benzer şekilde, tarih boyunca savaşçı özellikleriyle öne çıkan Türkler için de dansın eğitim ve fiziksel gelişimde önemli bir işlevi olmuştur. Yabancı kaynaklarından edinilen bilgilere göre, Çhou Devleti döneminde asker adayları, destanları dans yoluyla sergileyerek hem eğitsel hem de fiziksel becerilerini geliştirmiştir (Esin, 2001). Uygarlıkların gelişimi sürecinde danslar farklı biçimlerde icra edilmiş ve bu çeşitlilik, günümüz geleneksel danslarının oluşumunda yol gösterici olmuştur. Türkiye’de geleneksel dansların bilimsel olarak ele alınmasıyla birlikte, bu danslar "Milli Danslar", "Milli Raklar", "Anadolu Köy Dansları", "Halk Dansları", "Halk Oyunları", "Türk Köylü Dansları" ve "Türk Halk Oyunları" gibi çeşitli isimlerle anılmaya başlanmıştır. Ancak "oyun" kelimesinin Türk kültüründeki derin kökleri ve Anadolu’da yaygın kullanım alanı göz önünde bulundurulduğunda, bu çalışmada halk oyunları ifadesinin tercih edilmesi daha uygun görülmüştür (Eroğlu, 1985).

Bu çalışmanın amacı, Türk halk oyunlarını tarihsel, sosyokültürel ve sanatsal boyutlarının yanı sıra fiziksel aktivite özelliği kapsamında ele alarak, bu oyunların toplumların kültürel belleğini nasıl taşıdığı ve kuşaklar arası aktarımı nasıl sağladığını ortaya koymaktır. Ayrıca halk oyunlarının kültürel kimliğin oluşumu, korunması ve çağdaş yorumlarla yeniden üretilmesi sürecindeki rolü ile bireylerin fiziksel gelişimine, bedensel farkındalığına ve hareket becerilerine katkılarını bütüncül bir yaklaşımla değerlendirmek amaçlanmaktadır.

2. Türk Halk Oyunları

Orta Asyada Türklerin kültüründe “halk” kavramı, “gün” veya “kүн” kelimeleri ile benzer anlamlar taşımaktadır (Kafesoğlu, 1997). Toplum, belirli bir coğrafyada yaşayan, aynı toplumdaki oluşun ve özel bir ayrıma tabi olmayan, eşit yaşama hakkına sahip bireylerden oluşun topluluklar olarak tanımlanmaktadır (Oxford, 1989). Aynı zamanda halk, belirli yerleşim yerlerinde hayatlarını sürdürdüğü için benzer kültürlere ve düşünceler sahip insan toplulukları olarak da ifade edilmektedir (Parlatır, 1998).

“Oyun” kelimesi Türkçenin öz kelimelerinden biridir ve kökü “oy”dur. Yakut (Saha) Türkçe karşılığı hoplamak, sıçramak veya zıplamak gibi fiziki hareketler için

“oy” terimi kullanılmaktadır. Kaşgarlı Mahmud’un yazdığı Divan-ı Lügat-it Türk’te oyun, “oynaş” olarak geçmektedir. Kırgız Türklerine ait Yenisey yazıtlarında oyun “oyug”, Azerbaycan Türkçesinde “oynamag”, Özbek Türkçesinde “oynemak”, Kırgız Türkçesinde “oynā” ve Kazak Türkçesinde “oynav” şeklinde ifade edilmektedir. Oyunun seyirlik anlamına karşılık gelen kavramlar ise Başkurt Türkçesinde “uyın”, Kırgız Türkçesinde “teatr”, Kazak Türkçesinde “oyın”, Azerbaycan Türkçesinde “tamaşa” ve Özbek Türkçesinde “spektakl oyunu” olarak kullanılmaktadır (Ertural, 2012).

Oyun kültürü gün geçtikçe toplumun diğer kültürel unsurlarıyla bütünleşmiş, hareket ile birlikte zenginlik kazanmış ve ritim ile müzik gibi öğelerle desteklenerek, toplumsal olayların anlaşılır bir biçimde ifade edilmesini sağlamıştır. Halk oyunları; müzik, söz ve hareket unsurlarının uyumlu bir şekilde birleşmesiyle oluşur. Bu oyunlar, söz ve müzik eşliğinde sergilenebileceği gibi, yalnızca figürler ve ritim üzerinden de gösterilebilmektedir (Gözyaydın, 2002).

2.1. Halk Oyunları ile Fiziksel Aktivite İlişkisi

Dans teriminin tarihsel süreci incelendiğinde, dansın insanlıkla birlikte ortaya çıktığı söylenebilir. Doğumlarda sevinç, ölümlerde ağıt, ergenlikte kutlama, yaşlılıkta üzüntü gibi yaşamın farklı evrelerinde insanlar, duygularını dans ve yöresel halk oyunları aracılığıyla ifade etmiştir (Yeşiltaş, 2011). Tarih boyunca dans, toplumsal ve kültürel yaşamda psikolojik ve dini ihtiyaçları karşılayan bir araç olarak da kullanılmıştır. Toplumsal değişimlerle birlikte dansın işlevi dönüşerek, estetik ve kültürel bir ifade biçimi olarak gelişmiş; bu süreç sonucunda geleneksel, popüler ve sportif dans türleri ortaya çıkmıştır (Aktaş, 2006).

Dansın temelinde insan vücudu ve onun hareketleri yer alır. Bu hareketler, kasların kasılıp gevşemesiyle vücudun farklı bölgelerinde koordineli bir çalışma sağlar (Yeşiltaş, 2011). Dünyadaki uygarlıklarda dans, özellikle eğlence, psikolojik ve bedensel gelişim açısından önemli katkılar sunmuş; kültürel, sosyal ve iletişim alanlarında işlevsel bir araç olarak kabul görmüştür. Antik Yunan’da dans, hem etik ve estetik eğitimin temel unsuru hem de savaş ve fiziksel dinamiklerin geliştirilmesinde bir eğitim aracı olarak benimsenmiştir (Yeşiltaş, 2011).

Çin kaynaklı belgeler incelendiğinde, tarih boyunca savaşçı kimliği ile öne çıkan Türklerde, Çhou (Çu) devleti döneminde askere gidecek bireylerin destanları dans eşliğinde öğrenmeleri, dansın eğitim sistemindeki önemini göstermektedir (Esin, 2001). Bu tarihsel süreçte gelişen danslar, günümüz geleneksel danslarının temellerini oluşturmuştur. Türkiye’de geleneksel danslar, akademik ve kültürel

kaynaklarda “Milli Rakslar”, “Milli Danslar”, “Halk Dansları”, “Halk Oyunları”, “Anadolu Köylü Dansları”, “Türk Halk Oyunları” gibi farklı adlarla anılmıştır.

Buna rağmen, “oyun” kelimesinin Türk kültüründe ve Anadolu’da yaygın kullanımı göz önünde bulundurularak, bu çalışmada “halk oyunları” ifadesi tercih edilmiştir. Halk oyunları, bireylerin katılımıyla gerçekleşen kültürel ve sosyal etkinlikler aracılığıyla olumlu davranış değişiklikleri sağlamasının yanı sıra, dolaşım, solunum, kas-iskelet sistemi ve zihinsel sağlık açısından da önemli yararlar sunmaktadır (Pulur vd., 2009). Bu bağlamda halk oyunları, sosyal bir aktivite ve rekreatif bir etkinlik olarak, bireylerin özgüven kazanmasına, sosyalleşmesine, dayanışma ve statü elde etmesine katkıda bulunurken; aynı zamanda vücut kaslarının çalışmasını ve fizyolojik gelişimi destekleyen bir süreç olarak değerlendirilmektedir (Aydın, 1992; Cengiz vd., 2023). Ayrıca, spor yapmak bireylere sadece fizyolojik olarak değil, psikolojik olarak da katkıda bulunabilir ve bu açıdan, insanların psikolojisi üzerinde, örneğin mutluluk üzerinde olumlu etkileri olabilir (Öktem, 2022).

2.2. Halk Oyunlarının Sağlık ve Fiziksel Uygunluk İlişkisi

Fiziksel aktivite düzenli olarak yapıldığı takdirde arter hastalıkları, kardiyovasküler hastalıklar, bazı kanser çeşitleri, obezite ve osteoporoz gibi çeşitli sağlık nedenlerinin oluşumunu azaltmakta büyük rol oynamaktadır (Çakır, 2025a; 2025b; Sitti vd., 2023). Öte yandan sağlıklı yaşam bir toplumun davranışlarını bedensel aktivite düzeylerini ve kültürel yapısını etkilemektedir.

Türk toplumunda halk oyunları, tarihsel süreç boyunca kültürel yaşamın temel unsurlarından biri olarak varlığını sürdürmüştür. Bu oyunlar, müzikle bütünleşen hareket yapısı sayesinde bedenin uyumlu, dengeli ve kontrollü biçimde kullanılmasını gerektirmekte; bireylere ritim algısı, koordinasyon ve hareket yetkinliği kazandırmaktadır. Halk oyunları yoluyla vücudun farklı bölümlerinin eş güdüm içinde çalışması sağlanmakta ve müziğin temposuna uygun hareket üretme becerisi geliştirilmektedir (Mertoğlu, 2002).

İnsanlık tarihinin erken dönemlerinden itibaren halk oyunları; bireylerin duygu dünyalarını, düşüncelerini, karakter özelliklerini ve manevi değerlerini bedensel ifadeler aracılığıyla ortaya koydukları önemli bir anlatım biçimi olmuştur. Bununla birlikte, günlük yaşamda deneyimlenen toplumsal olayların ve ortak yaşantıların sembolik olarak aktarılmasına da olanak tanımaktadır. Bu yönüyle halk oyunları, fiziksel aktiviteyi sürdüren, sağlıklı yaşam alışkanlıklarını destekleyen ve sanatsal ile sportif özellikleri bir arada barındıran bütüncül bir hareket sistemi olarak

değerlendirilmektedir (Altuğ, 1991). Günümüzde Türk halk oyunları, sahip olduğu düzenli ve zengin hareket yapısıyla, organizmanın fiziksel ve fizyolojik gelişimine çok yönlü katkılar sunan bir etkinlik alanı niteliği taşımaktadır (Ocak ve Tortop, 2012).

3. TÜRK HALK OYUNLARI TÜRLERİ

“Tür” kavramı, zaman içerisinde yerleşik hâle gelmiş bir anlatım ve sunum biçimini ifade etmektedir. İlk olarak sınıflandırma amacıyla kullanılan bu kavram, özellikle folklorik öğelerin ya da aralarında doğrudan bir ilişki bulunmayan unsurların belirli bir sistematik çerçeve içinde düzenlenmesini amaçlamıştır (Bauman, 2003).

Anadolu’da halk oyunları geleneği, tarihsel açıdan derin ve köklü bir geçmişe sahiptir. Bu gelenek, oyunların konu ve amaç bakımından gerçek yaşamla örtüşmesine olanak sağlarken; hareket dili ve anlatım özellikleri açısından toplumdan topluma, dolayısıyla kültürel yapılara göre farklılık göstermektedir. Halk kültürünün temel yapı taşlarından biri olarak kabul edilen halk oyunları, zamanla küçük parçalar hâlinde gelişmiş ve bu süreçte kendi özgün iç dinamiklerini oluşturarak bütüncül bir yapı kazanmıştır (Altıntuğ, 2013).

Halk oyunları; eğlenme, eğitime ya da tedavi gibi çeşitli amaçlara hizmet edebilmekle birlikte, esas olarak bireylerin coşku, sevinç, özgürlük duygusu, özgüven, kendini ifade etme ve beğenilme isteği gibi duygularını yansıttıkları etkili bir iletişim aracı niteliği taşımaktadır. Oyuncuların bireysel özellikleri ve oyunların icra edildiği sosyal ve kültürel bağlamlar dikkate alındığında halk oyunları; topluluk bilincini güçlendiren, bireyler arası etkileşimi artıran ve sosyal bağların pekişmesine katkı sağlayan bir bedensel anlatım biçimi olarak değerlendirilmektedir (Bali, 2017).

3.1. Zeybek

Zeybek oyunları sportif açıdan değerlendirildiğinde ağır oynanıyor gibi görünse de adımlardaki farklılıklar (çökme, dönme, sekme vb.) motor yetileri geliştiren bedensel hareketlerdir (Özbilgin, 2014).

3.2. Halay

Halay ekibinin öncüsü konumundaki en baştaki kişiye “halay başı”, ekibin son sırada bulunan kişiye ise ekip sonu yani “Pöççik” adı verilir. Halay oyununda işaret vermek için ekip başında ki ve ekibin sonunda ki kişiye mendil verilir bu mendil müziğe, ayak hareketlerine ve ritme göre çeşitli sallamalarda bulunulur (Demirsipahi, 1975). Oyunlar içerisinde devamlı rastlanan ağırlama, yeldirme,

yanlama, sıktırma, yaslama, kollama, ayrılma, zahma, hoplatma gibi bölümler, figürlerin çeşitliliğini ve temposunu ifade eden figürel unsurlardır (Uzunkaya, 2005).

3.3. Horon

Horon oyunları, genellikle tempolu oyunlardır karadenizin yemyeşil dağlarından masmavi hırçın denizinden yola çıkarak sembolik anlatımlarla zenginleşmiştir. Horon esnasında kolları ayaklarla vs. titretme, sallanma gibi figürler karadenizin o hırçın denizinde yakalanan balıkların çırpınışlarını temsil ettiği söylenmektedir. Bu hareketler daha çok horonun temposu ile doğrudan ilişkilidir (Altıntuğ, 2013).

3.4. Bar

Bar oyunları, ağır figürleriyle oyun yavaştan başlayarak hızlanma daha sonra çökme şekline ilerlemektedir. Bazı yörelerde daha çok köy barlarında sözlü bir şekilde bir kişi söyler ve diğer kişiler tekrarlayarak yarım ay şeklinde oyunu oynarlar. Bar kollar omuzlara atılarak ekip halinde oynanır. Yine bazı oyunlar iki kişiyle oynana bilir ama daha çok beş ve üzeri kişiler ekibi oluşturur. Bar oyunu kadın erkek ayrı olarak oynanır. Enstrüman olarak davul zurna tercih edilir (Eroğlu, 2017).

3.5. Kaşık Oyunları

Kaşık oyunları, farklı bölgelerde oynanmaktadır. Oyunun temel adım kalıbı, bir ayağın topuğu, diğer ayağın pençesi üzerine kuruludur ve oyuncular bu pozisyonlarda devamlı sekerek hareketlerini yaparlar. Ritmik yapı açısından bakıldığında, oyunun ezgilerinin serbest kısımlarında ferdi olarak figürler sergiler, nakarat bölümlerinde ise grup olarak hareketlerini ve figürler sergilerler. Oyuncular, ellerine aldıkları ikişer adet olmak üzere toplam dört tahta ya da şımşır kaşık ile ritim tutarak oyun figürlerine kaşıklarla eşlik ederler (Köse, 2006).

3.6. Teke

Teke Zortlatması, daha çok Antalya, Isparta ve Burdur çevresinde oynanan oyundur. Düğünlerde sünnet törenlerinde yaygın olarak halk tarafından sevilip oynanmaktadır (Sarıkaya, 2019).

3.7. Semah

Semahlar ritüel nitelikleri dolayısıyla doğaçlama bir yapıya sahip olmakla beraber, bir takım kollara ayrılmış bir koreografik düzende uygulanır. Anadolu semah geleneğinin en çok bilinen türlerinden olan Kırklar Semahı, Turnalar Semahı ve Gönüller Semahı yer almakla birlikte, gerek miziksek yapı gerekse figür anlatım biçiminden derin sembolik anlamlar barındırmaktadır (Eroğlu, 2017).

3.8. Kafkas

Kafkas halk dansları, özellikle ülkemizde Kuzeydoğu Anadolu bölgesinde, Artvin ve çevresinde yoğun olarak icra edilmektedir. Danslar, toplumsal rollerin dans figürlerine yansması bakımından ilgi çekicidir; kadınlarda ki figürler zarafeti ve kibarlığı ön plana çıkarırken, erkek figürleri ise kuvveti, savaşçı karakteri, korkusuzluğu ve bedensel gücü ön plana çıkarır (Koçkar, 1987).

3.9. Karşılama-Hora

Trakya bölgesinde icra edilen karşılama oyunları, oyunun özelliği olan ikişer davul ve ikişer zurna eşliğinde oynanmaktadır. Karşılama oyunu daha çok yüksek tempolu oyun olarak ilgi çekmektedir (Eroğlu, 2017).

4. SONUÇ

Halk oyunları, Türk kültürünün tarihsel sürecini, toplumsal hafızasını ve ortak kimliğini yaşatan en önemli sözsüz anlatım biçimlerinden biri olarak günümüze ulaşmıştır. İnsanlığın en eski dönemlerinden itibaren hareket, ritim, müzik ve sözün birleşimiyle ortaya çıkan bu oyunlar, yalnızca bir eğlence aracı değil; aynı zamanda toplumsal dayanışmayı güçlendiren, inanç sistemlerini yansıtan, bireylerin duygu ve düşüncelerini ifade etmelerine olanak sağlayan kültürel pratiklerdir. Türk halk oyunlarının bölgeden bölgeye farklılık göstermesi, Anadolu'nun çok katmanlı kültürel yapısının doğal bir sonucudur ve bu çeşitlilik, halk oyunlarını kültürel sürekliliğin en dinamik unsurlarından biri hâline getirmektedir.

Zeybek, halay, horon, bar, kaşık oyunları, teke, semah, karşılama ve Kafkas dansları gibi birbirinden farklı hareket dili ve ritmik düzenlere sahip oyun türleri, toplumların tarihsel deneyimlerini, yaşam biçimlerini, ritüellerini ve değerlerini yansıtarak kültürel birer kimlik göstergesi olmuştur. Her bir oyun, ait olduğu coğrafyanın sosyal yapısı, ekonomik yaşamı, inanç sistemleri ve estetik anlayışıyla doğrudan ilişkilidir. Bu açıdan halk oyunları, hem kültürel üretimin bir sonucu hem de toplumların belleğini geleceğe taşıyan bir aktarım aracıdır. Halk oyunlarının fiziksel becerileri geliştiren yönü de göz ardı edilemez niteliktedir. Dansın temelini

oluşturan ritmik devinimler; denge, koordinasyon, esneklik, çabukluk ve dayanıklılık gibi motor özellikleri desteklemekte, aynı zamanda bireyin psikolojik iyilik haline de olumlu katkı sağlamaktadır. Bu özellikleriyle halk oyunları, yalnızca kültürel bir değer değil, aynı zamanda sosyal, pedagojik ve fiziksel gelişimi destekleyen bir hareket sistemi hâline gelmiştir.

Günümüzde yarışmalar, festivaller, sahne düzenlemeleri ve kurumsal çalışmalar sayesinde halk oyunlarının hem ulusal hem de uluslararası düzeyde görünürlüğü artmış; genç kuşakların bu kültürel mirasla bağ kurması için yeni alanlar oluşmuştur. Modernleşme sürecine rağmen halk oyunlarının öz değerlerini koruyarak yaşatılması, kültürel sürekliliğin en önemli göstergelerinden biri olmayı sürdürmektedir. Sonuç olarak, Türk halk oyunları; geçmişle bugün arasında köprü kuran, toplumsal birlikteliği pekiştiren, kültürel kimliği besleyen ve kuşaktan kuşağa aktararak yaşayan bir mirastır. Bu mirasın korunması, bilimsel olarak incelenmesi ve gelecek nesillere aktarılması, hem kültürel çeşitliliğin sürdürülebilirliği hem de toplumsal hafızanın canlı tutulması açısından büyük bir önem taşımaktadır.

KAYNAKÇA

- Aktaş, G. (2006). “Dans’a İlk Adım”. İzmir: Ege Üniversitesi Yayınları.
- Altıntuğ, H. (2013). Halk oyunları ve kültürel değerler. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Altıntuğ, N. (2017). Folklorik tür kavramı ve halk oyunlarında sınıflandırma. İstanbul: Folklor Araştırmaları Kurumu Yayınları.
- Altuğ N. (1991). Halk oyunlarının öğretiminde müziğin yeri, önemi ve faydalanma yolları. Türk Halk oyunlarının öğretiminde karşılaşılan problemler sempozyumu bildirileri, (6-8 Mart 1990 İstanbul) Kültür Bakanlığı Yayınları, Ankara.
- Aydın, C. (1992). “Halk Oyunlarında Toplumsal Yapılanma”. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Bali, A. (2017). Halk oyunlarının toplumsal iletişim bağlamında değerlendirilmesi. Milli Folklor, 29(114), 72–85.
- Bauman, R. (2003). Folklore, Cultural Performances, and Popular Entertainments. New York: Oxford University Press.
- Baykurt, ğ. (1976). Türkiye’de folklor. Ankara: Kalite Matbaası.
- Cengiz, C., Erduran, M. & Bozkus, T. (2023). Investigation of the relationship between dance self-efficacy and self-confidence of folk dancers, International Journal of Education Technology and Scientific Researches, 8(21), 89-110.
- Çakır, Z., Çatıkkaş, F., Türkmen, M., Şengönül, A., Yaman, M. S., Öktem, T., Gönen, M., Güzel, S., & Yel, K. (2025b). Preservice teachers’ attitudes toward pedagogical humour: The role of physical activity, sociodemographic factors, and academic discipline. BMC Psychology, 13, 1423. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03751-4>
- Çakır, Z., Erbaş, Ü., Gönen, M., Ceyhan, M. A., Öktem, T., Kul, M., Dilek, A. N., & Güzel, S. (2025a). Examination of trauma levels and earthquake stress coping strategies of university students who exercise and do not exercise after an earthquake. BMC Psychology, 13, 867. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03108-x>
- Demirsipahi, M. (1975). Türk halk oyunları ve geleneksel danslar. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Eroğlu T, 1985. Halk Oyunlarının Halk Bilimi Açısından İncelenmesi. Fırat Üniversitesi Fen ve Edebiyat Fakültesi, Elâzığ.
- Eroğlu, A. (2017). Türk halk oyunları ve müzik yapıları: Karşılama ve diğer türler. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Eroğlu, H. (2017). Anadolu semah geleneği ve ritüelistik dönüş hareketleri. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları.
- Eroğlu, M. (2017). Doğu Anadolu halk oyunları: Barlar ve kültürel özellikleri. Erzurum: Erzurum Kültür Yayınları.
- Ertural, N. (2012). ğamandan oyuncuya giden yolda Türk halk oyunlarının yapısı ve işlevleri, Gazi Türkiyat Dergisi, Güz, Cilt:11, ss:101- 111, Ankara.
- Esin, E. (2001). “Türk Kozmolojisine Giriş”. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

- Fisher, E. (2012). “Sanatın Gerekliği. Çapan, C. (çev.), İstanbul: Sözcükler Yayınevi.
- Gözyayın, N. (2002). Türk halk oyunları antolojisi. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Kafesoğlu, G. (1997). Türk milli kültürü. (16. Baskı). İstanbul: Ötüken Yayınları.
- Koçkar, M. (1987). Kafkas halk dansları: Kültürel ve estetik boyutları. İstanbul: Türk Halk Kültürü Araştırmaları Yayınları.
- Köse, A. (2006). Türk halk oyunlarında kaşık oyunları ve bölgesel uygulamaları. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Mertoğlu E. (2002).Okul öncesi Eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş grubundaki çocukların ritim algılamalarının incelenmesi. İstanbul Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Temel Bilimler ana bilim dalı, Türk halk müziği programı, Sanatta yeterlilik Doktora Tezi, İstanbul.
- Ocak Y., Tortop Y. (2012). Kadınlarda Halk Oyunları Çalışmalarının Bazı Fiziksel Uygunluk Parametreleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi.: 4(1), 46-54.
- Oxford Advanced Learner’s Dictionary (1998), Oxford University Press, s.917.
- Öktem, T. (2022). The Effect of University Students' Attitudes Towards Sports on Their Happiness Levels, International Journal of Eurasian Education and Culture , 7(19), 2389-2398. DOI: <http://dx.doi.org/10.35826/ijoecc.622>
- Özbilgin, H. (2014). Zeybek oyunlarının motor beceriler ve sportif yönleri üzerine bir inceleme. Ankara: Spor Bilimleri Yayınları.
- Özkan A, Bozkuş T, Kul M, Türkmen M, Öz Ü, Cengiz C, 2013. “Halk Oyuncularının Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Belirlenmesi ve İlişkilendirilmesi”. International Journal Of Science Culture And Sport. 1(3), 24-38.
- Parlatir, İ., Gözyayın, N., Zulfikar, H., Aksu, T., Türkmen, S., & Yılmaz, Y. (1998). Türkçe Sözlük. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları, 549.
- Pulur, A., Üstün, E., ve Ebdü Olcay Karabulut. (2009). Üniversiteli Üst Düzey Halkoyunları Sporcuların Sigara ve Alkol Kullanımlarının Bedenlerini Algılama Düzeylerine Etkisi, Ankara, Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 29(3), 833-850.
- Sankaya, M. (2019). Antalya yöresinde Teke Zortlatması halk oyunu: Yapısal ve performatif özellikleri. Antalya: Akdeniz Üniversitesi Yayınları.
- Sitti, S., Adıgüzel, S., & Köroğlu, Y. (2023). Investigation of physical and cognitive performance profiles of 7-8 years old children in terms of talent selection in sports and sports orientation: the case of Kayseri. Revista de Gestão e Secretariado, 14(10), 17691-17702.
- Uzunkaya, F. (2005). Halk oyunları: Koreografi ve hareket analizleri. İstanbul: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Yeşiltaş D, 2011. Küresel Bale ve Dans Ansiklopedisi, Cilt 2, İstanbul: Kaldeon Yayınları.



5. Bölüm



HAREKET EĞİTİMİ AÇISINDAN HALK OYUNLARI

Mustafa Kaya¹

Kaya, M. (2025). Hareket eğitimi açısından halk oyunları. In **R. Cengiz & İ. Doğan (Eds.)**, *Kış sporlarından antik sanata: Toplumsal bağlamda spor ve kültür* (pp. 64–72). Duvar Yayınları.

¹ Sivas Cumhuriyet Üniversitesi/Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü/Hareket Ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı
0000-0002-8158-4671 Eposta: mustafakaya58@cumhuriyet.edu.tr

GİRİŞ:

Hareket Eğitimi

Hareket eğitimi, kişilerin yaşamları süresince sahip oldukları hareket potansiyelini geliştirmeyi amaçlayan, planlı düzenli ve sistematik bir eğitim süreci olarak ifade edilmektedir. Bu eğitim içerisinde bireyin fiziksel gelişiminin yanısıra bilişsel, duyuşsal ve sosyal gelişiminin de desteklendiği bu durumun ise hareket eğitimini bir kat daha artırdığı yönünde görüş ortaya koymaktadır (Gallahue, Ozmun & Goodway, 2012). Özellikle çocukluk döneminde uygulanan hareket eğitimi, temel motor becerilerin kazanılmasında çok önemli ve kritik bir role sahiptir (Sevimay-Özer & Özer, 2020). Çocuklarda vücut farkındalığını artırmak, temel hareket becerilerini geliştirmek ve bu becerilerin farklı çevresel koşullarda etkili biçimde kullanılmasını sağlamak hareket eğitiminin en önemli amaçlarıdır (Pangrazi & Beighle, 2019; Gürbüz & Kulaklı, 2023). Hareket eğitimi kapsamında atlama, koşma, sıçrama, yakalama, fırlatma ve denge gibi temel hareketler sistematik bir şekilde öğretilmektedir. Bu hareketlerin öğrenme sürecinde birey hareketi sadece fiziksel bir etkinlik olarak değil, aynı zamanda vücudunun farkındalık düzeyini keşfetmede önemli bir öğrenme aracı olarak deneyimler (Gallahue et al., 2012). Hareket eğitiminin kapsamı okul öncesin dönemden başlayıp yetişkinliğe kadar devam eden bir süreç olup, beden eğitimi ve spor bilimleri alanının temel yapı taşlarından biri olarak değerlendirilebilir.

Hareket Eğitiminin Temel İlkeleri

Hareket eğitiminin bilişsel, motor, duyuşsal ve sosyal yönleri açısından bireylerin farklı yönlerinin gelişimini destekleyen unsurları bulunmaktadır. Temel hareket eğitimi sürecinin etkili olabilmesi için bazı temel ilkelere dayandırılması gerekmektedir (Gallahue, Ozmun & Goodway, 2012). Bu bağlamda hareket eğitiminin temel ilkelerini şu şekilde sıralanabilir.

1. Bireysel Farklılıklar İlkesi

İnsan gelişiminde bireysel ayrılıkların olması normal bir durumdur ve gelişimin temel ilkelerinden biridir. Her insanın kalıtımla sahip olduğu, genlerinde bulunan özellikleri onu diğer insanlardan farklı kılabilir. Bireyler; yaş, cinsiyet, motor yeterlilikler, fiziksel yapı ve öğrenme hızları açısından farklılıklar gösterebilir. Bu bağlamda hareket eğitimi programları hazırlanırken bireysel farklılıklar dikkate alınarak düzenlenmelidir (Demirci, 2019).

2. Gelişimsel Uygunluk İlkesi

Gelişim süreci her zaman basitten karmaşığa, genelden özele doğru bir yol izlemektedir. Çocuğun önce ayakta durma, yürüme oturma gibi kaba motor

becerileri gelişir. Daha sonra ise fırlatma, tutma, sıçrama gibi ince motor becerileri gelişmektedir. Buna göre hareket etkinlikleri bireyin gelişim düzeyine uygun şekilde yapılmalıdır. Basitten karmaşığa, kolaydan zora doğru bir sıralama yapılması doğru bir yaklaşım olacaktır. Gelişimsel seviyeye uygun olmadan yapılan etkinlikler öğrenmeyi olumsuz etkileyebilir (Gallahue et al., 2012).

3. Bütünlük İlkesi

Gelişimin boyutları birbirinden ayrılmaz bir bütünlük içindedir. Hareket eğitimi özellikle fiziksel gelişimin gerçekleşmesinde önemli bir etkiye sahiptir. Bu bağlamda hareket eğitimi yalnızca fiziksel gelişimi değil, aynı zamanda zihinsel, duygusal ve sosyal gelişimi de desteklemelidir. Hareket, bireyin tüm gelişim alanlarını etkileyen bir öğrenme aracıdır (Tamer & Pulur, 2001).

4. Aktif Katılım İlkesi

Bütün öğretim uygulamalarında aktif katılım öğrenimin gerçekleşmesindeki en önemli faktör olarak değerlendirilmektedir. Aktif katılımın olmaması öğrenim unsurlarının eksik kalmasına dolayısıyla öğrenmenin sekteye uğramasına sebep olacaktır. Bu bağlamda hareket öğreniminin gerçekleşmesinde bireyin aktif katılımı son derece önemlidir. Öğrencilerin hareket eğitimiyle ilgili uygulamalara katılım düzeyi arttıkça öğrenme kalıcılığı da artmaktadır (Sevimay-Özer & Çamlıyer, 2016).

5. Tekrar ve Süreklilik İlkesi

Motor becerilerin öğrenilmesi ve geliştirilmesi için düzenli tekrar ve süreklilik gereklidir. Geribildirim destekli olarak yapılan tekrarlar hareket öğrenimini hızlandıracaktır. Hareket eğitiminde sürekliliğin sağlanması ise öğrenilen becerilerin kalıcı olmasını sağlar (Magill & Anderson, 2017).

6. Motivasyon ve Eğlence İlkesi

Oyun çocukların her türlü eğitiminde kullanılan ve son derece etkili olan bir eğitim aracıdır. Oyunun bu kadar etkili olmasındaki en önemli özelliklerinden biri ise çocuklara zevk veren, eğlendiren ve dolayısıyla motivasyonlarını artıran özelliklerinin olmasıdır (Yıkılmaz, 2018,2014; Gürbüz & Kulaklı, 2023; Uskan & Bozkuş, 2019). Bu bağlamda çocuklarda yapılacak hareket eğitimi sürecinin eğlenceli olması, motivasyonu artıracak gibi öğrenmeyi de kolaylaştıracaktır. Oyun temelli yaklaşımlar bu açıdan büyük önem taşımaktadır (Pangrazi & Beighle, 2019; Akpınar, 2023).

7. Aşamalılık (Yüklenme) İlkesi

Hareket eğitiminde öğretim basitten zor ve karmaşığa, parçadan bütüne doğru bir yol izlemelidir. Hareketlerin zorluk derecesi, yatkınlık ve yaş faktörleri göz önüne alınarak, bireyin uyum sağlayabileceği şekilde kademeli olarak artırılmalıdır (Bompa & Buzzichelli, 2019).

8. Transfer (Aktarım) İlkesi

Öğrenilen bir beceri içerisinde bulunan hareketlerin bazı özellikleri farklı becerilerde kullanılabilir. Bu bağlamda hareket eğitiminde öğrenilen hareket becerileri gerek günlük yaşamda gerekse farklı spor branşlarında kullanılabilir olmalıdır. Bu durum hareket eğitiminin işlevselliğini artırır (Gallahue et al., 2012).

9. Geri Bildirim İlkesi

Sporcu uygulamalar sırasında yaptığı denemelerin sonuçları hakkında bilgi edinmelidir. Böylece kendi sonuçlarını doğrulayabilir ve başka bir modelle kıyaslayabilir. Zamanlaması uygun olan, yapıcı geri bildirimler verimi artırırken, hareketlerin doğru öğrenilmesini ve geliştirilmesini sağlar (Magill & Anderson, 2017).

Hareket Eğitiminin Kuramsal Temelleri

1. Motor Gelişim Kuramı

Motor gelişim kuramına göre hareket becerileri, biyolojik olgunlaşma ve çevresel deneyimlerin etkileşimi sonucunda ortaya çıkar (Haywood & Getchell, 2020). Biyolojik olgunlaşma ve çevresel deneyimlerin etkileşiminin sağlanabilmesi öğrenme ortamı ile sağlanabilir. Buna göre hareket eğitimi, etkileşimi destekleyen öğrenme ortamları sunarak bireyin motor gelişim sürecini hızlandırır. Hareket eğitiminin motorik özelliklerin gelişimine katkı sağlaması, ileriye dönük sportif becerilerinde altyapısını oluşturmaktadır. Temel hareket becerileri yeterince gelişmeyen bireylerin ileri düzey spor becerilerinde zorlandığı belirtilmektedir (Gallahue et al., 2012).

2. Bilişsel ve Duyuşsal Boyut

Hareket eğitimi her ne kadar fiziksel bir etkinlik olarak görülse de, öğretimin önce zihinde başladığı bilinmektedir. Buna göre hareket eğitimi yalnızca motor gelişimi değil, bilişsel süreçleri de desteklemektedir. Bir hareket önce zihinde canlanır ve öğrenilir, sonrasında ise fiziksel uyulama yapılabilir. Yapılan araştırmalar, hareket temelli öğrenme ortamlarının dikkat, problem çözme ve karar verme becerilerini olumlu yönde etkilediğini göstermektedir (Pangrazi & Beighle, 2019). Ayrıca hareket öğretimi içerisinde yapılan grup etkinlikleri yoluyla iş birliği,

özgüven, uyum sağlama ve sosyal etkileşim becerileri gelişmektedir (Sevimay-Özer & Özer, 2020).

Halk Oyunlarının Hareket Eğitimindeki Yeri

Kavram olarak, Halk Oyunu; göze kulağa hoş gelecek biçimde düzenlenmiş, ölçülü ve dengeli hareketler yolu ile estetik bir etki ve heyecan yaratan, çoğunlukla, ses birimlerinden meydana gelen anonim halk müziği ile desteklenmiş olan, hareket ve müzik bütünleşmesi olarak tanımlanmıştır (Ekmekcioğlu et al, 2001). Tanımdan da anlaşılacağı üzere halk oyunlarının içerisinde müzik ve hareket unsurlarının olduğu ve bu unsurların bir bütün olarak değerlendirildiği görülmektedir. Bu bağlamda Halk Oyunları içinde barındırdığı melodi, ritim ve hareket yapısı ile bireyin bedensel ve ruhsal gelişiminde önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Halkoyunları antrenmanlarında yapılan uygulamalar, yörelerin özelliklerine göre farklılıklar göstermektedir. Çalışmaların amacı, sadece halkoyunları ile ilgili figürlerin öğrenimini sağlamak değil, aynı zamanda fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimi sağlamaktır. Türk halk oyunlarındaki farklı yörelerin oyunları güç, kuvvet, çabukluk ve dayanıklılık gibi motorik özellikler üzerinde farklı etkiler yapabilir. (Kaya, 2011). Halk oyunları çalışmalarında gövde, kollar ve bacaklar arasında dengeli bir uyum vardır. Enerji dolu bir canlılık ve azalan durgunluk içinde güçlü hareketler bulunur. Motorsal gücün öğrenimi ve yönetimi, kol ve bacakların, günlük yaşantının dışındaki oyuna özel hareketleri kontrol edebilmesini sağlar (Özkan et al, 2013).

Halk oyunlarının bu özellikleri dikkate alındığında hareket eğitimi açısından çok önemli unsurları taşıdığı söylenebilir. Halk oyunlarının ritimsel özelliklerine bakıldığında ise ritmik hareket eğitiminin halk oyunları içerisinde eşdeğer bir yapıda olduğu görülmektedir. Türk halk oyunlarının çok zengin bir yapıya sahip olduğu, her yörenin kendine göre oyun, müzik ve figür karakterleri taşıdığı bilinmektedir. Bu unsurlar açısından düşünüldüğünde halk oyunlarının özellikle ritmik hareket eğitimiye katkı sağlayacak çok önemli bir eğitim aracı olabilir. Ritmik hareket eğitimi, müziğe uygun zamanlı ve koordineli beden hareketleri aracılığıyla hem fiziksel, hem duyuşsal becerilerin geliştirilmesine odaklanan bir eğitim disiplindir. Halk oyunları ise kültürel mirasın bir parçası olarak, tarihsel, sosyal ve estetik değerler taşımaktadır. Bu oyunların geleneksel ritmik kalıpları, beden dinamiklerini ve topluluk koordinasyonunu doğal biçimde içerdiklerinden, ritmik hareket eğitimi için son derece zengin bir kaynak sunmaktadır (Alp, 2010; Sevi et al, 2018). Ayrıca halk oyunlarının haz veren ve eğlendirici özelliklerinin olması bireylerin hareket eğitimlerine aktif katılımlarını sağlayacaktır.

Halk Oyunlarının Ritim, Hareket ve Motor Beceri Yapısı

1. Ritim Algısı ve Müzik-Eşlikli Hareket

Halk oyunları, her yöreye özgü ritmik kalıplar ve müzikal yapılar taşımaktadır. Buna göre halk oyunlarının yöresel çeşitliliği düşünüldüğünde, ritmik hareket eğitimi için çok büyük bir repertuar ortaya çıkmaktadır. Halk oyunlarında bulunan ritmik kalıplar, çocukların ritim duygusunu geliştirmek için doğal fırsatlar sunar. Yöresel ritim ve hareket çeşitliliği ise bireylerin farklı ritim ve hareket kalıplarını öğrenmesini sağlar. Bu durum bireylerin hareket eğitiminin çok yönlü gelişmesini sağlayabilir. Örneğin horon yöresi oyunlarda hızlı tempo ve kesik vuruşlar yapılırken, Zeybeklerde daha geniş ölçülü ve kuvvet vurgulu ritmik yapılar bulunur. Halay yöreleri ise hem yavaş hem de hızlı ritim ve hareket yapısına sahiptir (Kaya, 2016). Halk oyunlarındaki bu ritim ve hareket çeşitliliği, ritmik hareket eğitiminde bireylerin tempo algısını, vurgu yerlerini ve zamanlamayı öğrenmesine olanak tanır. Eğitimde, adım kombinasyonlarının ve ritmik düzenin sistematik olarak öğretilmesi, hareketin akıcılığını ve koordinasyonunu artırabilir.

2. Hareket ve Motor Beceri Yapısı

Türk halk oyunları, geleneksel müzik eşliğinde gerçekleştirilen belirli düzeyde ritimsel uyum ve koordinasyon gerektirmektedir. Bu bağlamda halk oyunları yalnızca kültürel bir etkinlik aracı olmakla kalmaz; aynı zamanda bireyin motor beceri gelişiminde önemli bir rol oynar. Halk oyunlarının icrası esnasında yapılan figürler, adımlar, dönmeler, yön değişimleri ve uyumlu hareketler, denge, çeviklik, koordinasyon, kuvvet ve esneklik gibi temel motor becerilerin gelişimini destekler (Bozoğlu, 2025, Kaya ve Demirtürk 2015, Mis, 2011). Bununla birlikte halk oyunlarının ritimle birleşerek icra edildiği düşünüldüğünde, temel motor becerilerin daha estetik ve vücut bölümlerinin uyumlu olarak gelişmesine katkı sağlayabilir. Yapılan çalışmalarda; halk oyunları eğitimi alan bireylerde denge, reaksiyon zamanı ve ritim performansında belirgin gelişmeler gözlemlenmiştir. Bu tür uygulamalar hem koordinasyonu hem de ritim algısını artırmaktadır (Sevi vd., 2020). Birçok araştırmada halk oyunlarının temel motor becerilerin gelişimi üzerine olumlu etkileri olduğu belirlenmiştir (Top ve Arkadaşları, 2020; Alp 2010; Ocak & Tortop, 2024; Karaönçel & Güçlüöver, 2024). Bu bağlamda halk oyunlarının figür ve ritim özellikleri kullanılarak yapılan eğitimler bireylerin hareket gelişimini ve motor becerilerini olumlu etkileyebilir. Bu becerilerin erken gelişmesi ise, ileriye dönük olarak sportif yönlü becerilerin alt yapısını oluşturacaktır.

Sonuç

Hareket eğitiminin doğru ve etkili biçimde uygulanması tek yönlü değil çok yönlü bir eğitimle gerçekleştirilmelidir. Yapılacak eğitimlerde gelişimsel uygunluk,

bireysel farklılıkların gözetilmesi, aktif katılım ve öğrenmede süreklilik unsurları gözetilmelidir. Hareket öğretimi sürecinde öğrencilerin aktif olarak hareket etmeleri ve öğrenme sürecine katılmaları sağlanmalıdır. Türk halk oyunları hareket eğitiminin temel unsurlarını karşılayabilecek birçok özelliğe sahiptir. Halk oyunları; hem kültürel mirasın aktarılması hem de ritmik hareket eğitime dayalı motor beceri gelişiminde önemli bir eğitim aracı olarak değerlendirilmelidir. Geleneksel ritmik kalıpları, beden dinamiklerini ve topluluk koordinasyonunu doğal biçimde içerdiklerinden halk oyunları, ritmik hareket eğitimi açısından son derece zengin bir kaynak sunmaktadır. Halk oyunlarının hareket kalıpları, denge, çeviklik, koordinasyon, kuvvet ve esneklik gibi motor beceri bileşenlerini geliştirme kapasitesine sahiptir. Halk oyunları çalışmalarının bireyler üzerindeki haz veren özellikleri aktif katılımın sağlanmasında önemli bir unsurdur. Eğitim süreçlerinde halk oyunlarının bilinçli şekilde kullanılmasının bireylerin psikomotor ve fiziksel gelişimini desteklediği farklı araştırmalarla ortaya konmuştur. Bu nedenle halk oyunları; beden eğitimi, spor bilimleri ve motor öğrenim programlarının ayrılmaz bir parçası ve ritmik hareket eğitimin de önemli bir eğitim aracı olarak kabul edilmelidir.

KAYNAKLAR

- Akpınar, Ö. (2023). Eğitsel Oyunlar Ve Fiziksel Aktivite İlişkisi. Psikolojik ve Sosyal Boyutlarıyla Fiziksel Aktivite ve Spor, 31-43. Editör: Mustafa Barış SOMOĞLU, Ahmet Yılmaz ALBAYRAK. Efe Akademi Yayınları: İstanbul
- Alp, M. Z. (2010). *Halk oyunları ritim duygusu, reaksiyon zamanı ve vücut kompozisyonunun gelişimi üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training* (6th ed.). Human Kinetics.
- Bozoğlu, M. S. (2025). *The Impact of E-Learning and Face-to-Face Education Models on Motor Skills through Folk Dance Education: A Comparative Study on Primary School Students*. Journal of Educational Studies and Multidisciplinary Approaches
- Demirci, N. (2019). *Hareket eğitimi ve motor gelişim*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Ekmekçioglu, İ., Bekar, C., & Kaplan, M. (2001). *Türk halk oyunları*. Esin Yayın Evi.
- Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2012). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (7th ed.). McGraw-Hill.
- Gürbüz, C., & Karakulaklı, H. (2023). Okul öncesi çocuklarda oyun ve hareket eğitiminin önemi. D. Sevinç Yılmaz & M. Çolak (Ed.), *Spor bilimlerinde multidisipliner yaklaşımlar – I* (ss. 63–78). Duvar Yayınları.
- Haywood, K. M., & Getchell, N. (2020). *Life span motor development* (7th ed.). Human Kinetics.
- Karaönel, F., & Güllüoer, A. (2024). Türk halk oyunlarında karakter dans adımlarının bazı fiziksel uygunluk düzeylerine etkisi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 393–401. <https://doi.org/> (varsa eklenir)
- Kaya, İ. (2011). Zeybek ve horon halkoyunları topluluklarında oynayan erkek halkoyuncuların vücut yağ yüzdeleri ve fizyolojik özelliklerinin karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(3), 378–382.
- Kaya, M. (2016). *Türk halk oyunları: Fiziksel ve zihinsel boyutları*. Ürün Yayınları.
- Kaya, M., & Demirtürk, F. (2015). The effect of regular Turkish folk dance trainings upon leg muscle strength. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(2), 194–200.
- Magill, R. A., & Anderson, D. (2017). *Motor learning and control: Concepts and applications* (11th ed.). McGraw-Hill Education.
- Mis, M. A. (2011). Türk halk müziğinde ritim ve hareket ilişkisi. *Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuvarı Dergisi*, (1), 123–128.
- Ocak, H., & Tortop, S. (2024). Folk dances and motor integration in education. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*. <https://doi.org/>
- Özkan, A., Bozkuş, T., Kul, M., Türkmen, M., Öz, Ü., & Cengiz, C. (2013). Halk oyuncularının fiziksel aktivite düzeyleri ile sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi ve ilişkilendirilmesi. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, 1(3), 24–28.
- Pangrazi, R. P., & Beighle, A. (2019). *Dynamic physical education for elementary school children* (19th ed.). Human Kinetics.
- Sevi, V., Biçer, M., & Vural, M. (2020). The effect of 8 weeks folk dances training on balance reaction time and rhythm session of university students. *European Journal of Physical Education and Sport Science*. <https://doi.org/>
- Sevimay-Özer, D., & Çamlıyer, H. (2016). *Çocuklarda hareket eğitimi*. Can Ofset.
- Sevimay-Özer, D., & Özer, M. K. (2020). *Hareket eğitimi ve motor gelişim*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Tamer, K., & Pulur, A. (2001). *Beden eğitimi ve sporda öğretim yöntemleri*. Ada Matbaacılık.

- Top, E., Kıbrıs, A., & Kargı, M. (2020). Effects of Turkey's folk dance on the manual and body coordination among children of 6–7 years of age. *Research in Dance Education*, 21(1), 34–42.
- Uskan, S. B., & Bozkuş, T. (2019). Eğitimde Oyunun Yeri. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 123-131.
- Yıkılmaz, A. (2018). Evaluation of primary school teacher's game and physical activities classroom expectations. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 5(2), 190-202.
- Yıkılmaz, A. (2024). Examining Secondary School Students' motivations For Playing Digital Games. *International Journal of Eurasia Social Sciences/Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(58). 1465-1475.

—◆—
6. Bölüm
—◆—

SPORDA KİŞİLİĞİN YERİ¹

Ertuğrul ÇİĞDEM²
Tuncay ÖKTEM³

Çiğdem, E., & Öktem, T. (2025). Sporda Kişiliğin Yeri. In R. Cengiz & İ. Doğan (Eds.), *Kış sporlarından antik sanata: Toplumsal bağlamda spor ve kültür* (pp. 73–83). Duvar Yayınları.

¹ Bu çalışma ikinci yazarın danışmanlığında birinci yazar tarafından hazırlanmış olan yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

² Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
ORCID ID: 0009-0005-5157-5247

³ Bayburt Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,
ORCID ID: 0000-0003-2770-1774 tuncayktm@gmail.com

Giriş

İnsan spor aracılığıyla toplumun bir arada bulunması için benimsenen kuralları, geçmişten günümüze kadar süregelen gelenek ve görenekleri, meslekleri, iyiyi, doğruyu, olumluyu, olumsuzu öğrense de spor, bunların yanı sıra kişiliğin şekillenmesine de yardımcı olmaktadır. Sporun kurallarına bağlı olarak iş kurallarının öğrenilmesinde ve bireylerin disipline edilmesinde sporun rolü yadsınamaz bir gerçektir (Ülker, 2017).

Kişilik özelliklerini araştırmada en çok başvurulanan yollardan biri, beş faktörlü kişilik modelidir. Bu modelin insan davranış ve tutumlarını açıklama konusundaki potansiyeli, sosyoloji, yönetim ve pazarlama gibi çeşitli alanlardan araştırmacıların dikkatini çekmiştir (Heller vd., 2002). Beş faktör kişilik modeli, geniş bir yelpazede bulunan kişilik yapılarını entegre etme kapasitesine sahip olduğundan, farklı yerlerde çalışmasını sürdüren araştırmacılar arasında ortak bir fikirde buluşmayı kolaylaştırmaktadır. Beş Faktör Kişilik Kuramı, kişilik özelliklerini evrensel ve kapsamlı bir bakış açısıyla, gözlemlere dayalı olarak beş temel boyutta ele alıp sınıflandırma yaparak tanımlanmaktadır (McCrae ve Costa, 2003). Bu beş faktör, dışadönüklük, duygusal denge, uyumluluk, sorumluluk ve açıklık şeklindedir (Çetin, 2008). Ayrıca, kişilik özellikleri ile davranışlar arasındaki ilişkilerin sistematik bir biçimde incelenmesine katkı sağlamakta ve kişiliği bu beş alt faktör temelinde ele alarak kapsamlı bir şekilde ifade etmektedir. (McCrae ve Costa, 2003).

Spor, bireylerin disiplinle tanışması yönünden fark edilebilir ve reddedilemez bir değerler şeklidir. Düzenli ve sık aralıklarla gerçekleştirilen egzersizler, fiziksel sağlığı güçlendirmesinin yanında bireye mental açıdan destek sunar. Spor, bireyin özgüvenini artırır ve bu durum, kaygı, bunalım, depresyon ve stres zamanında iyi etkiler oluşturur (Çakır vd., 2025a; 2025b). Ayrıca, spor sayesinde birey, zekâsının ve fiziksel yeteneklerinin eksik yönlerini tamamlamaya yönelik fırsat bulur. Spor, bir anlamda vücudun kendi iradesinin bir ifadesidir ve bireyin zaman zaman unuttuğu yeteneklerinin yeniden farkına varmasını sağlar (Küçük, 1997).

Kişilik ile spor arasındaki ilişkiyi araştıran akademisyenler, sporun bireyin kişilik gelişimi ile daha aktif ve olumlu davranışlar sergilemesinde etkili olduğunu ortaya koydukları çalışmada, sporcuların spor yapmayan bireylere kıyasla daha dinamik, öz disipline sahip, dışa dönük ve uyumlu oldukları belirlenmiştir (Korkmaz vd., 2003). Benzer olarak kişiliğin spor ortamında ortaya çıkarttığı etkiye yönelik birçok çalışmaya alan yazında rastlanmaktadır (Allen vd., 2011; Piepiora, 2021; Allen ve Laborde, 2014; Gyomber vd., 2013; Ingledew ve Markland, 2008; Mirzaei vd., 2013; Steca vd., 2018; Piepiora vd., 2022). Buradan hareketle, sporcuların daha iyi bir performansla ulaşmak için sadece fiziksel yeteneklerini geliştirmekle kalmayıp, aynı zamanda psikolojik yapılarını da (kişilik, duygusal ve ruhsal yönleri) kullanarak ve bu alanlarda da ilerleme kaydederek çaba göstermeleri gerekmektedir. Bu perspektiften bakıldığında, sportif başarıda psikolojik özelliklerin önemi büyük bir ağırlık kazanmaktadır (Küçük, 1997).

Sporda kişilik üzerine yapılan araştırmalar hem spor psikolojisi hem de kişilik psikolojisi alanları için önemlidir; bu alanlar, çeşitli süreçlerin, yatkınlıkların ve zihinsel işlevlerin bir biçimde belirli bir bütünü oluşturmasına, tutarlı ve bütünlük faaliyetler sergilemesine neyin sebep olduğunu tanımlamayı amaçlar (Piepiora vd., 2022). Bu doğrultuda, çalışmada kişilik ve spor ilişkisinin açıklanması amaçlanmıştır.

KİŞİLİK

İnsanların birbirleriyle olan etkileşimleri ve toplumlar arasındaki düşünce ve davranış farklılıkları, onların bireysel varlıklar olduğunu gösterir. Bu bireyselliği şekillendiren unsurlar ise, kişilik kavramını oluşturur. Kişilik, bireylerin başkalarından farklı, kendine özgü bir şekilde geliştirdiği ve sürekli olarak evrilen bir yapıdır. Bu yapının var oluşunda çevrenin ve kalıtım gibi faktörlerin etkisi

çoktur. Sigmund Freud ve Erik Erikson gibi bazı teorisyenler, kişiliğin belirli gelişim dönemleri sonucunda şekillendiğini savunmaktadır. Kişilik üzerine yapılan araştırmalar, temel özelliklerin belirlenmesini ve bu özelliklerin süreklilik gösterdiğini ortaya koymaktadır (Aytaç, 2001).

Kişilik, insanları birbirinden farklı kılan hem doğuştan gelen hem de çevreden kazanılan niteliklerin bir toplamı olarak tanımlanabilir. Duygularımız, karakterimiz, değerlerimiz, tutumlarımız ve inançlarımız gibi tüm bu özellikler, kişiliğimizi şekillendirir. Bu bağlamda, kişilik, insan davranışlarını çeşitli yönleriyle ele alan kapsamlı bir kavramdır (Senemoğlu, 2004).

Kişilik kavramı karmaşık bir yapıya sahip olduğundan spesifik olarak tanımlanamaz. Ancak literatür incelendiğinde, kişilik yaygın olarak kullanılan tanımlara dayanarak bireyi benzersiz kılan duygu, bireyin mental davranışları olarak literatürde yerini almıştır (Özsoy ve Yıldız, 2013). Kişilik, “bir bireye özgü olan ve onu diğerlerinden ayıran, tutarlı ve yapılaşmış özellikler bütünüdür” (İnanç ve Yerlikaya, 2011). Ek olarak kişilik, bireylerin tepki verirken veya başkalarıyla etkileşime geçerken kullandığı yolların tamamını ifade eder (Kanten ve ark 2015).

Kişiliğin temel özellikleri

Farklı bilim alanları, araştırmalar, çalışmalar kişilik kavramını kendi kuramsal çerçeveleri içinde tanımlarken, bu kavramın bazı ortak özelliklerini gözlemek mümkündür. Kişiliğin temel niteliklerini aşağıdaki şekilde özetleyebiliriz:

- Kişilik, bireyin doğuştan sahip olduğu özellikleri ve yaşamı boyunca kazandığı deneyimlerin bir toplamıdır (Erdoğan, 1994).
- Kişilik, bireyin davranışlarının toplamından oluşur; bu davranışları yönlendirir ve yönetir. Kişiliğin oluşumu, belirli zaman dilimlerindeki davranışların bütünlüşmesiyle gerçekleşir (Erdoğan, 1994).
- Kişilik, birbiriyle ilişkili birçok parçanın bir araya gelmesiyle meydana gelen bir bütündür (Yanbastı, 1990).
- Kişilik, bireyin sosyal deneyimlerinin ve tecrübelerinin bir yansımasıdır (Yanbastı, 1990).
- Kişilik, bireyin iç ve dış çevresiyle kurduğu ilişkileri belirler ve bireyin sürekli olarak tekrarladığı davranışlar aracılığıyla gözlemlenebilir bir kavramdır (Cüceloğlu, 2000).
- Kişilik, sadece bir bireye özgü özellikleri değil, birçok bireyin paylaştığı ortak nitelikleri de yansıtır (Yelboğa, 2006).
- Kişilik, sosyal davranışlarla ilgili ipuçları da içerir (Somer vd., 2004).

Kişiliğin birçok tanımı vardır ve bu tanımları şekillendiren pek çok faktör bulunmaktadır. Bir bireyin kişiliğini anlamak için, onun geçmiş yaşamı geleceğe dair hedefleri ve hayalleri, içinde bulunduğu kültür, kalıtsal özellikleri, aldığı eğitim, sosyal çevresi ve büyüdüğü ailenin gelenekleri göz önünde bulundurulmalıdır. Kişilik doğuştan gelen özelliklerin yanı sıra bireyin yaşadığı toplumdan edindiği deneyimlerin ve öğrenimlerin de bir sonucudur (Girgin, 2007).

- Kalıtsal yapı faktörleri
- Sosyo-kültürel faktörler
- Ailevi faktörler
- Sosyal yapı ve sosyal sınıf faktörleri
- Coğrafi ve fiziki faktörler

Kalıtımsal yapı faktörleri

Kişilerin ebeveynlerinden almış olduğu genetik özellikler (kilo, boy, göz rengi, saç rengi ve var olan bazı hastalıklar) kalıtımsal faktörler arasında yer alır ve kuşaklar boyunca devam ederek kişiliği şekillendiren en temel faktörlerden biri olarak değerlendirilmektedir. Kişilik yapısının ilerlemesinde genetiğin mi yoksa dış faktörlerin mi daha fazla etkiye sahip olduğunun tartışıldığı çalışmalarda kalıtımın çevreden daha etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Kalıtımın etkisinin yüksek olduğu unsurlara; duygusal olma, karşı koyabilme dürtüsü, zekâ örnek olarak verilebilir (Çetin ve Beceren, 2007).

Kişiliği etkileyen en önemli unsurlardan biri kalıtım olsa da bunun tek başına kişiliği etkilediğini söylemek mümkün değildir. Bu noktada, sosyo-kültürel faktörler de kişilik üzerinde etkili olan diğer bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır (Çetin ve Beceren, 2007).

Sosyo-kültürel faktörler

Bireylerin kişiliklerinin oluşmasında etkili olan önemli unsurlardan biri de yaşamını sürdürdüğü toplumun sosyal ve kültürel yapısıdır. Bireylerin yaşadığı toplumun sosyal ve kültürel öğeleri kişiliklerini biçimlendirir. Hayatta oluşan durumlar, gelenek ve görenekler bireyin kişiliğine etki ederken, bu etki her zaman farklılıklar gösterir. Kişi belirli zamanlarda etraftan etkilenmiş gibi gözükse de bazende çevresini etkiler. Kişi hayatını devam ettirdiği yerlerden etkilenirken, toplumsal değer yargıları içinde de varlığını devam ettirmektedir (Yılmaz, 2018).

Yaşadığı toplumun kurallarına uygun davranışlar sergileyen kişinin, yaşadığı çevrenin düşünce yapısının farkında olması ve bu düşünce yapısına göre tutum sergilemesi birey oluşunda önemlidir. Bireyin kalıtsal olarak getirmiş olduğu kişilik özellikleri ile var olduğu toplumun değer yargılarını içselleştirerek davranışlarına yansıtmaktadır (Türkmen, 2013).

Ailevi faktörler

Aile, bireylerin kişiliğinde önemli rol oynayan bir yapıdır. Her yeni doğan bebek, tamamen çaresiz bir halde dünyaya gelir ve bakıma muhtaçtır. Tıpkı kalıtsal özelliklerde olduğu gibi, ailelerin benimsediği bakım tarzları da birbirinden farklılık göstermektedir. Bu farklılıklar bulundukları toplumun ortak özellikleriyle harmanlanarak çocukların kişiliklerine yansır. Özellikle ergenlik döneminde bireylerin kişiliklerinde kültürel, sosyolojik ve psikolojik etmenlerin etkisi oldukça belirgindir. Bu dönemde aile faktörünün etkisi azalırken, kültürel ve çevresel unsurlar daha baskın hale gelir. Bireyler, aile yoluyla topluma katıldıklarından, ebeveynlerin kültürü öğretme, çevreden seçeceklerini belirleme ve değerler sisteminin gelişimine katkı sağlama gibi önemli görevleri bulunmaktadır (İlbars, 1987).

Güven ve huzurun var olduğu bir aile ortamında, bireylerin saygı, sevgi ve hoşgörü ile büyümesi, onların olgunlaşmasını ve kendine güvenlerinin artmasını olumlu yönde etkiler. Aile içerisinde hoşgörülü davranılan bireyler, anlayış duygusunu geliştirir ve bu duygu bireylerin kişiliklerinde önemli bir faktör haline gelir. Kişi ailedeki tutum ve davranışları kendine uyarlayarak içinde bulunduğu topluma da bu örneği aktarır. Sevgi dolu bir çevrede yetişen birey, sevginin değerini öğrenir; paylaşmanın önemine tanık olur ve ebeveynlerinin birbirlerine duyduğu sevgi ve saygıyı gözlemleyerek ileride anne ya da baba olma davranışını kazanır. Çocuğun sağlık ve mental sağlık gelişiminde en önemli unsur ailedir. Ailede yaşanan tartışmalar, kötü alışkanlıklar, saygısızlık, işsizlik gibi olumsuz olaylar bireyin kişilik ve psikolojik gelişimini olumsuz etkiler. Böyle bir ortamda büyüyen çocuklar güven sorunları, aşağılık duyguları ve sevgi eksikliği gibi olumsuz duygular geliştirir ve bu duygular, zamanla davranışlarına yansır (Yörükoğlu, 2016).

Sosyal yapı ve sosyal sınıf faktörleri

Sağlıklı ilişkilerin bulunduğu bir aile ortamının kişilik üzerindeki etkisi önemli olsa da bunun yeterli olmadığı da açıkça bellidir. Bireylerin eğitim hayatı ve toplumun sosyokültürel tarafı da bu tür durumlarda önem arz etmektedir. Bu da gösteriyor ki kişilik gelişiminin hem kalıtsal etkenlerden hem de çevresel faktörlerden etkilendiği söylenebilir.

Kişilerin hayatlarını devam ettirdikleri ortam, onların birey olma yolundaki yolculuğuna büyük oranda etki etmektedir. Bu sosyal yapı bireylerin yaşam biçimlerini tüketim tercihlerini, eğitim olanaklarını ve düşünce kalıplarını şekillendirir. Bireyler çevrelerindeki insanlar, gruplar ve örgütler aracılığıyla farklı sosyal sınıflara mensup kişilerle etkileşimde bulundukça kişilik özellikleri de değişiklik gösterir (Kaşlı, 2009). Aynı zamanda bireyin sosyal çevresinin etkileri kişilik oluşumunda şekillendirir. Bilgi edinme sürecinde tekrarlama ve tecrübe ile hafızasında yer eden unsurlar bireyin kişiliğini doğrudan etkiler ve bu süreç bireyin davranışlarında kalıcı değişikliklere yol açar (Zel, 2001).

Belirli bir sosyal sınıfa ait insanlar, o ortamdaki gereklilikler, davranış şekilleri, ideoloji ve eğilimler, tüketim kalıpları vb. açılardan farklılık gösterir. Böyle olması da bireyin gelişimi açısından önemlidir. Bu gelişim bireylerin gelecekteki yaşamlarını da etkilemektedir. Örneğin, eş veya meslek seçimi, sosyal grup ve sosyal sınıf faktörlerinden etkilenen bir durumdur (Eroğlu, 1996).

Coğrafi ve fiziki faktörler

Coğrafi ve fiziksel faktörlerin bireylerin kişilik özellikleri üzerinde doğrudan değilse bile dolaylı bir etkisi olduğu gerçeği açıktır. Bir kişinin yaşadığı coğrafi çevre, iklim, doğa ve fiziksel koşullar, kişiliklerinin şekillenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Örneğin, kıyı bölgelerinde, dağlık ve yüksek yerlerde, yaylalarda, ovalarda ya da iklimin sıcak veya soğuk olduğu yerlerde yaşayan bireylerin kişiliklerinin farklılık gösterdiğini söylemek mümkündür (Zel, 2001). Soğuk iklim bölgelerinde hayatını devam ettiren bireylerin kişiliğinin daha sert bir yapıya sahip olduğunun, aksine iklimin sıcak olduğu bölgelerde hayatını devam ettiren kişilerin daha ılıman bir mizaca sahip olduğu yönünde yaygın bir görüş bulunmaktadır (Can, 2007).

Kişiliğin Alt Boyutları

Faktör I. dışadönüklük

Bu boyut, temel olarak hayat dolu, heyecanlı, neşeli, konuşkan, girişken ve sosyal bir kişiliği ifade etmektedir. Dışadönüklük, daha çok kişiler arası ilişkilerde sosyal uyaranların yoğunluğu ile ilişkilidir. Goldberg'e (1992) göre, baskınlık ve aktivite, Dışadönüklük faktörünün temel belirleyicileri arasında yer almaktadır. Ayrıca sosyallik, insanlarla bir arada olmayı sevme, eğlenceyi arama, liderlik özellikleri, güç, istekli olma ve arkadaşça davranış gibi unsurlar da bu faktörü temsil etmektedir. Boyutun zıt kutbunda bulunan içe dönükler ise yalnız zaman geçirmeyi seven, sessiz ve bağımsız bireyler olarak tanımlanmaktadır (Zhao ve Seibert, 2006).

Faktör II. yumuşak başlılık

Bu faktörün olumlu yönleri arasında ince, saygılı, nazik, güvenilir, açık kalpli, esnek ve merhametli gibi nitelikler yer almaktadır. Yumuşak başlılık, kişiler arası ilişkilerde önemli bir rol oynamaktadır. Bu özelliğin, bireyin kişilik algısını etkileyerek sosyal tutumlar geliştirmesine ve ayrıca bir yaşam felsefesi oluşturmaya yardımcı olduğu belirtilmektedir. Araştırmacılar, bu faktörü güven, dürüstlük, iyimserlik, itaat, alçakgönüllülük ve merhamet gibi alt boyutlarla tanımlamaktadır.

Yumuşak başlılık özelliği yüksek olan bireyler, başkalarına sevgiyle yaklaşan ve sosyal ilişkileri güçlü olan insanlardır. Yumuşak başlılık kişilik özelliği baskın olmayan bireylerin sıklıkla sinirli oldukları belirtilmiştir (Costa vd., 1991).

Faktör III. öz denetim

Costa, McCrae ve Dye (1991), bu faktörün hem olumlu hem de olumsuz yönleri olduğunu vurgulamaktadır. Öncelikle, bu faktörü anlamak için yön kavramını ele aldıklarını belirtmektedirler. İlerletici yönü, başarı arzusu ve çalışma kararlılığı ile kendini gösterirken, diğer çalışmalarda ki tutumlu yönü ise ahlaki, titizlik ve tedbirlilik gibi özelliklerde ortaya çıkmaktadır. Düşük öz denetime sahip kişiler ise; gayretsiz, sorumsuz, tembel, dağınık, dalgın, gevşek, dikkatsiz, dengesiz sıfatlarla tanımlanırlar (Somer 1998).

Faktör IV. duygusal denge

Bu faktör, Nörotisizm olarak adlandırılmakta ve çeşitli araştırmalarda endişe, güvensizlik, içsel çatışmalar, sinirlilik ve kaygı gibi durumlarla tanımlanmaktadır. McCrae ve Costa (1987), birçok araştırmacının nörotisizmin temelinde anksiyete, depresyon, öfke ve sıkıntı gibi olumsuz duyguların bulunduğu konusunda hemfikir olduklarını belirtmektedir. Ayrıca, bazı araştırmacılar nörotisizmi, mantıksal olmayan düşünceler ve başa çıkma mekanizmalarındaki yetersizlik şeklinde de değerlendirmektedir. Nörotisizm faktöründe yüksek puan alan bireyler, karmaşık duygularla başa çıkmak zorunda kaldıkları için zaman zaman kuruntulu düşünceler ve düşmanca tepkiler gibi sağlıksız başa çıkma stratejilerine yönelebilmektedirler (Amirkhan vd., 1995; Matthews vd., 2000). Duygusal denge boyutundan düşük puan alan bireylerin ise duygusal olarak dengeli, rahat, kolay kolay öfkelenmeyen, stresli durumlarda sakin kalabilen, kendine olan güvenleri yüksek ve olumlu duygular yaşamaya yönelimli bireyler olduğu ifade edilmektedir (Costa ve McCrae, 1995; Somer ve ark. 2002).

Faktör V. deneyime açıklık

Beşinci faktör modeli, araştırmacıların üzerinde en az uzlaşma sağladıkları bir bileşendir. Costa ve arkadaşları (1991) ise bu boyutu deneyime açıklık olarak adlandırmıştır. Costa ve McCrae (1992), deneyime açıklık ile ilgili kişilik özelliklerini analitik, karmaşık, liberal, geleneksel olmayan, orijinal, hayal gücü kuvvetli, ilgileri geniş, cesur, değişikliği seven, merak, özgünlük, fikirlere açıklık ve sanata duyarlılık olarak belirtmiştir. Ayrıca, ölçülen zekanın hem derecelenen zekadan hem de deneyime açıklık boyutundan ayrı bir faktör olduğu sonucuna varmışlardır. Düşük puan alan insanlar ise belirli bir yaşam tarzını sürdürmeye eğilimli ve geleneksel değerleri korumayı önemseyen, yeni şeyleri, insanları tecrübe etmektense alışık oldukları şeyleri, insanları ve deneyimleri seçen kimselerdir (McCrea ve Costa 2003; Yazgan İnanç ve Yerlikaya 2012).

SPORDA KİŞİLİĞİN YERİ

Spor, oyun ve eğlence kavramlarını temel alarak, insanın evrimiyle birlikte farklı biçimlerde bireyin hayatında yer almıştır (Alpman, 1972). Kişilerin sosyalleşme sürecinde önemli bir etken olmakla beraber, içindeki hareketler ve oyunlar aracılığıyla bireylere duygularını ifade etme ve kendilerini gerçekleştirme fırsatı sunar. Bu sayede birey, özellikle saldırganlık gibi olumsuz dürtülerinden kurtularak, duyguları kontrol etmeyi öğrenir (Öztürk, 1983).

Modern toplumlarda sporun çoğu zaman toplu bir etkinlik olarak gerçekleştirildiği düşünüldüğünde, sportif faaliyetler aracılığıyla birbirine benzer ilgi alanlarına sahip olan bireyler, farklı insan gruplarıyla sosyal etkileşime girmektedir. Spor, bireylerin kendi dar dünyalarından

sıyrılıp farklı ortamlarda, farklı bakış açılarına ve inançlara sahip insanlarla etkileşime girmelerini, onlardan etkilenmelerini ve kendilerinin de etki bırakmalarını sağlamaktadır. Bu bağlamda, sporun yeni arkadaşlıkların kurulmasına, var olan ilişkilerin pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya katkıda bulunduğu söylenebilir. Ayrıca, kazanmanın yanı sıra kazanamama durumunu, düşüncelerini anlatmayı ve diğer bireylerin inançlarına ve düşünce yapısına saygılı olmayı öğrenip olumlu ilişkiler kurma becerisi geliştirirler (Şahan, 2008). Spor, sadece spor yapanlar için değil, aynı zamanda sporu takip eden topluluklar için de bir fikir alışverişi yapacakları ortamı hazırlamaktadır (Küçük ve Koç, 2004). Bu tür ortamlarda kişiler, rekabetin yanı sıra disiplinli çalışma ve mücadele azmi gibi değerlere de sahip olurlar (Şahan, 2008). Yapılan araştırmalara göre spor; mutluluk, canlılık, iyimserlik, yüksek enerji seviyesi gibi daha fazla olumlu duygu gerektirirken (David vd., 1997; Magnus, 1993) korku, endişe, acelecilik, öfke ve suçluluk duygusu gibi daha az olumsuz duygu gerektirdiği söylenebilir (Costa ve McCrae, 1992; David vd., 1997; Robinson vd., 2007).

Kişiliğin rekreatif etkinliklere katılan bireylerin, amatör sporcuların, profesyonel sporcuların ve takımların gelişimi ve performansında önemli bir rolü olduğu alan yazında yer alan çalışmalarda görülmektedir (Allen vd., 2011; Allen, 2013; Gyomber vd., 2013; Hills ve Argyle 1998; Piepiora vd., 2020; Piepiora ve Witkowski, 2020). Allen ve Laborde, (2014), kişilik özelliklerinin bireylerin boş zamanlarındaki oturma süresi, yaşlılıkta güç, hareketlilik ve sağlıklı egzersiz davranışlarıyla ilişkili olabileceğini belirtmektedirler. Hills ve Argyle (1998) ise, bireylerin boş zamanlarında yaptıkları aktivitelerin ortaya çıkardığı olumlu duygusal durumları ve bunların kişilik üzerindeki etkilerini inceledikleri çalışmalarında, bu tür etkinliklerin pozitif duyguların kaynağı olduğunu ve bu aktivitelerin her birinin dışa dönüklük kişilik özelliğiyle ilişkili olduğunu öne sürmektedirler. Buradan hareketle, her spor dalı, sporcular için biraz farklı psikolojik gereksinimlerle karakterize edilebileceği, yapılan spor aktivitesi kişiliği şekillendirebileceği söylenebilir (Piepiora, 2021). Benzer bir şekilde Marks ve Bukowska (2012) tarafından yapılan çalışmada da uygulanan spor dalının özgünlüğünün, kişiliği ve davranışı belirlemede etkili olduğunu öne sürülmektedir.

Sonuç

Sonuç olarak, kişiliğin spordaki yeri, sadece bireysel performansın belirlenmesinde kullanılan bir unsur olmakla kalmayıp; motivasyon, stresle başa çıkma becerisi, dayanıklılık ve takım uyumu gibi pek çok psikososyal sürecin merkezinde bulunduğu ifade edilebilir. Spor bilimlerinde kişilik olgusunun daha sistematik şekilde ele alınması hem bireysel hem de takım düzeyinde sürdürülebilir başarı ve sağlıklı spor deneyimi açısından bir gereklilik olarak değerlendirilebileceği söylenebilir.

Kaynaklar

- Allen, M. S., & Laborde, S. (2014). The role of personality in sport and physical activity. *Current directions in psychological science*, 23(6), 460-465.
- Allen, M. S., Greenlees, I., & Jones, M. (2011). An investigation of the five-factor model of personality and coping behaviour in sport. *Journal of sports sciences*, 29(8), 841-850.
- Allen, M. S., Greenlees, I., & Jones, M. (2013). Personality in sport: A comprehensive review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 184-208.
- Alpman, C. (1972). Eğitim Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Çağlar Boyunca Gelişimi. İstanbul: Millî Eğitim Basımevi
- Amirkhan, J. H., Risinger, R. T., & Swickert, R. J. (1995). Extraversion: a “hidden” personality factor in coping?. *Journal of personality*, 63(2), 189-212.
- Aytaç, S. (2001). Örgütsel davranış açısından kişiliğin önemi. *ISGUC The Journal of Industrial Relations and Human Resources*, 3(1).
- Can, Y. (2007). A tipi ve B tipi kişilikler bakımından mobbing kişilik ilişkisinin incelenmesi ve bir uygulama (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir (Tez No. 220385).
- Costa, P.T. & McCrae, R.R. (1992). NEO-PIR, Professional Manual. Psychological Assessment Resources, Inc. Florida.
- Costa, P.T., McCrae, R.R. & Dye, D.A. (1991). Facet scales for agreeableness and conscientiousness; a revision of the Neo personality inventory. *Personality and Individual Differences*, 12 (9), 887-898.
- Costa, PT., McCrae, RR. (1995). Domains and Facets: Hierarchical Personality Assessment Using the Revised NEO Personality Inventory. *Journal of Personality Assessment*. 64 (1): 21-50.
- Cüceloğlu, D. (2000). İnsan ve Davranışı: Psikolojinin temel kavramları. (10. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çakır, Z., Çatıkkaş, F., Türkmen, M., Şengönül, A., Yaman, M. S., Öktem, T., Gönen, M., Güzel, S., & Yel, K. (2025b). Preservice teachers’ attitudes toward pedagogical humour: The role of physical activity, sociodemographic factors, and academic discipline. *BMC Psychology*, 13, 1423. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03751-4>
- Çakır, Z., Erbaş, Ü., Gönen, M., Ceyhan, M. A., Öktem, T., Kul, M., Dilek, A. N., & Güzel, S. (2025). Examination of trauma levels and earthquake stress coping strategies of university students who exercise and do not exercise after an earthquake. *BMC Psychology*, 13, 867. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03108-x>
- Çetin, F. (2008). Kişilerarası ilişkilerde kendilik algısı, kontrol odağı ve kişilik yapısının çatışma çözme yaklaşımları üzerine etkileri: uygulamalı bir araştırma (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No. 231626)
- Çetin, N. G., & Beceren, E. (2007). “Lider Kişilik: Gandhi”, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal

Bilimler Enstitüsü Dergisi, (5), ss.111-132.

David, J. P., Green, P. J., Martin, R., & Slus, J. (1997). Differential roles of neuroticism, extraversion, and event desirability for mood in Daily life: an integrative model of top-down and bottom-up influence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 149-159.

Erdoğan, I. (1994). İşletmelerde davranış, İstanbul: Beta Basım Yayım

Eroğlu, F. (1996). Davranış bilimleri, İstanbul: Beta Basım.

Girgin, B. (2007). Beş Faktör Kişilik Modelinin İşyerinde Duygusal Tacize (Mobing) Etkileri (Yüksek lisans tezi), Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 211970)

Goldberg, L. R. (1992). The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychological assessment*, 4(1), 26.

Gyomber, N., Lenart, A., & Kovacs, K. (2013). Differences Between Personality Characteristics And Sport Performance By Age And Gender. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 53(2).

Heller, D., Judge, T., & Watson, D. (2002). The confounding role of personality and trait affectivity in the relationship between job and life satisfaction. *Journal of Organizational Behavior*, 23, 815-835.

Hills, P., & Argyle, M. (1998). Positive moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality. *Personality and individual differences*, 25(3), 523-535.

Ingledeu & Markland (2008). The role of motives in exercise participation. *Psychology and Health*, 23, 807-828.

İlbars, Z. (1987). "Kişiliğin oluşmasındaki kültürel etmenler", Ankara Üniversitesi, Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi, 1(31), 202-211.

İnanç, B. Y., & Yerlikaya, E. E. (2011). Kişilik Kuramları (4. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Kanten P, Yeşiltaş M, Arslan R, (2015). Kişiliğin karanlık yönünün üretkenlik karşıtı iş davranışlarına etkisinde psikolojik sözleşmenin düzenleyici rolü. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 29 (2) , 365-91

Kaşlı, M. (2009) Otel işletmelerinde işgörenlerin kişilik özellikleri, lider-üye etkileşimi ve tükenmişlik ilişkisinin incelenmesi (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir.

Korkmaz, N. H., Özduvan K., & İlhan, A. (2003). Bursa ve çevresinde 18-24 yaşları arasında spor yapan gençlerin sosyal uyum düzeylerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 5(3), 17-25.

Küçük, V. (1997). Sporda yönlendirmenin yeri ve önemi-futbol örneği (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 59955)

Küçük, V., & Koç H. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 10, 131-141.

- Magnus, K., Diener, E., Fujita, F., & Pavot, W. (1993). Extraversion and neuroticism and predictors of objective life events: a longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 691-706.
- Marks, M., Bukowska, K. (2012). Specyfika uprawianej dyscypliny sportu a osobowość gimnastyków. *Rozprawy Naukowe*, 38, 41-48.
- Matthews, G., Schwan, V. L., Campbell, S. E., Saklofske, D. H., & Mohamed, A. A. (2000). Personality, self-regulation, and adaptation: A cognitive-social framework. In *Handbook of self-regulation* (pp. 171-207). Academic Press.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of personality and social psychology*, 52(1), 81.
- McCrae, R.R. & Costa, P.T. (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective*. Guilford Press.
- Mirzaei, A., Nikbakhsh, R., & Sharififar, F. (2013). The relationship between personality traits and sport performance. *Eur. J. Exp. Biol.* 3, 439–442.
- Özsoy, E., & Yıldız, G. (2013). “Kişilik kavramının örgütler açısından önemi: Bir literatür taraması”, *Sakarya Üniversitesi, İşletme Bilimi Dergisi*, 1(2), 1-12.
- Öztürk, Ü. (1983). Orta dereceli okullarda beden eğitimi. (2. Baskı). İstanbul: Kayı yayıncılık.
- Paunonen, S. V. (2003). Big Five factors of personality and replicated predictions of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 411–424.
- Piepiora P., Maśliński J., Gumienna R., Cynarski W.J. (2020). Sport technique as a determinant of athletes' personality. *Quality in Sport*, 6 (1): 33-43.
- Piepiora, P. (2021). Personality profile of individual sports champions. *Brain and Behavior*, 11(6), e02145.
- Piepiora, P., & Witkowski, K. (2020). Personality profile of combat sports champions against neogladators. *Arch. Budo*, 16(1), 281-293.
- Piepiora, P., Piepiora, Z., & Bagińska, J. (2022). Personality and sport experience of 20–29-year-old polish male professional athletes. *Frontiers in Psychology*, 13, 854804.
- Robinson, M. D., Ode, S., Moeller, S. K., & Goetz, P. W. (2007). Neuroticism and affective priming: Evidence for a neuroticism-linked negative schema. *Personality and individual differences*, 42, 1221-1231.
- Senemoğlu, N. (2004). *Gelişim öğrenme ve öğretim kuramdan uygulamaya*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Somer O. (1998). Türkçe’de Kişilik Özelliği Tanımlayan Sıfatların Yapısı ve Beş Faktör Modeli, *Türk Psikoloji Dergisi*. 13: 17–32.
- Somer, O., Korkmaz, M., & Tatar, A. (2004). Kuramdan uygulamaya beş faktör kişilik modeli ve beş faktör kişilik envanteri (5FKE). *İzmir, Ege Üniversitesi Yayınları*, (1), 13-28.

- Somer, O., Korkmaz, M., Tatar, A. (2002). Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin Geliştirilmesi-I: Ölçek ve Alt Ölçeklerin Oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49): 21-36.
- Steca, P., Baretta, D., Greco, A., D'Addario, M., and Monzani, D. (2018). Associations between personality, sports participation and athletic success. A comparison of big five in sporting and non-sporting adults. *Personal. Individ. Differ.* 121, 176–183. doi: 10.1016/j.paid.2017.09.040
- Şahan, H. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü. *KMU İİBF Dergisi*, 10, 261-278.
- Türkmen, F. (2013). Kişilik tiplerinin çatışmayı yönetme yöntemlerine etkisi: Turizm sektöründe bir uygulama (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir.
- Ülker, M. (2017). Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin kişilik özellikleri, karar verme stilleri, stresle başa çıkma stratejilerinin karşılaştırılması. Burdur: Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yanbastı, G. (1990). Kişilik kuramları. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Yazgan-İnanç, B., Yerlikaya, EE. Kişilik Kuramları (6.Basım). Pegem Akademi: Ankara; 2012.
- Yelboğa, A. (2006). Kişilik Özellikleri ve İş Performansı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. “İş, Güç” Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi, 8(2), 196-211.
- Yılmaz, S. (2018). Beş faktör kişilik kuramına göre muhasebe ve finansman öğretmenlerinin alan yeterliklerinin kişilik özellikleriyle ilişkisinin incelenmesi ve bir uygulama (Yüksek lisans tezi) Dumlupınar Üniversitesi, İşletme Ana Bilim Dalı, Kütahya.
- Yörükoğlu, A. (2016). Çocuk ve ruh sağlığı. (29. baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Zel, U. (2001). Kişilik ve liderlik. (1. baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Zhao, H., & Seibert, S. E. (2006). The big five personality dimensions and entrepreneurial status: a meta-analytical review. *Journal of Applied Psychology*, 91(2), 259.

—◆—
7. Bölüm
—◆—

REKREASYONUN DÖNÜŞEN ROLÜ VE YENİ ANLAM ARAYIŞLARI

Dr. Öğr. Üyesi Gülçin GÖZAYDIN¹
Doç. Dr. Mustafa Deniz DİNDAR²

Gözaydın, G., & Dindar, M. D. (2025). Rekreasyonun dönüşen rolü ve yeni anlam arayışları. **In R. Cengiz & İ. Doğan (Eds.),** *Kış sporlarından antik sanata: Toplumsal bağlamda spor ve kültür* (pp. 84–97). Duvar Yayınları.

¹ Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Ana Bilim Dalı, Çanakkale ORCID ID: : <https://orcid.org/0000-0001-8612-6074>
gulcingozaydin@comu.edu.tr

² Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Ana Bilim Dalı, Çanakkale ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3241-5326>
mustafadenizdindar@gmail.com

GİRİŞ

İnsanlık tarihi boyunca boş zaman ve onu değerlendirme biçimleri olan rekreasyon faaliyetleri, toplumların ekonomik, kültürel ve teknolojik yapısına paralel olarak sürekli bir evrim içinde olmuştur (Gönülateş, 2018). Endüstri Devrimi ile iş ve boş zaman kavramları net çizgilerle ayrılmış ve **rekreasyon**, genellikle çalışma hayatının yıpratıcı etkilerinden bir kaçış ve üretken işgücünün yeniden üretimi için bir araç olarak görülmüştür. Bu geleneksel ve dar bakış açısı, rekreasyonu bireysel, tüketim odaklı ve esas işlevi "yenilenmek" olan bir faaliyetler bütünü olarak tanımlamıştır.

Ancak, 21. yüzyılın postmodern toplumları, bu geleneksel anlayışı kökten sarsan yeni gerçekliklerle yüzleşmektedir. Dijitalleşmenin getirdiği "sürekli bağlı olma" hali ve sosyal medyanın yarattığı yüzeysel etkileşimler kentlerdeki yoğun nüfusun sebep olduğu yabancılaşma ve hızlanan kapitalist sistemin dayattığı tüketim çılgınlığı, bireyleri derin bir anlam krizi ve sosyal izolasyon girdabına sürüklemiştir (Albayrak & Ağırbaş, 2024; Konur Tekeş, 2023; 2022). Robert Putnam'ın (2000) "Bowling Alone" çalışmasında ikonik bir şekilde tasvir ettiği üzere, toplumsal hayata katılımın ve sosyal sermayenin aşındığı bu çağda, bireyler giderek daha fazla yalnızlaşmaktadır. Buna karşın, örneğin Topluluk Bahçeleri, Sadece gıda üretim alanları değil, aynı zamanda komşular arasında bilgi, beceri ve dayanışma paylaşımının gerçekleştiği sosyal merkezlerdir. Bu bahçeler, kuşaklar arası etkileşimi teşvik eder ve kent sakinlerine toprakla yeniden bağ kurma imkanı sunar (Firth ve ark.gehl, 2011).

Sokak Oyunları ve Açık Hava Sporları: Belediyeler tarafından kapatılan sokaklarda düzenlenen geçici oyun alanları veya mahalle temalı koşu grupları, kamusal alanın topluluk tarafından geri kazanılmasını ve ortak bir kimlik oluşturulmasını sağlar (Marmara Belediyeler Birliği, 2023).

Bu faaliyetler, bireyleri pasif tüketiciler olmaktan çıkarıp, aktif katılımcılar ve ortak değerlerin yaratıcıları haline getirir

İşte tam da bu noktada, rekreasyon olgusu, dar tanımından sıyrılarak yeni ve daha geniş bir anlamlar evrenine doğru genişlemektedir. Artık rekreasyon, bir parkta yalnız başına yürüyüş yapmaktan çok daha fazlasını ifade etmektedir. O, bireylerin;

- Putnam'ın (2000) deyimiyle aşınan **sosyal sermayeyi** onarmak için bir toplulukla bütünleştiği,
- Csikszentmihalyi'nin (1990) "**akış**" (flow) teorisi bağlamında, yeteneklerini zorlayarak derin bir kişisel doyum ve anlam bulduğu, Ve nihayetinde, pasif bir tüketici olmaktan çıkıp, aktif bir **katılımcı ve yaratıcı** olduğu bir dönüşüm platformuna dönüşmüştür (Shirky, 2010).

Bu makale, rekreasyonun bu yeni potansiyelini ve "yeni ufuklarını" sistematik bir şekilde incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışma, rekreasyonun topluluk ruhunun inşasından bireyin anlam arayışına ve oradan da daha geniş sosyal dönüşüm süreçlerine uzanan çok boyutlu etkisini, aşağıdaki üç temel eksen üzerinden analiz edecektir:

1. Topluluk İnşası Eksen: Bu bölümde, rekreasyonel faaliyetlerin, topluluk bilincini güçlendirmedeki rolü ele alınacaktır. Firth vd.'nin (2011) çalışmaları ışığında topluluk bahçeleri, Gehl'in (2010) "insan için kentler" vizyonu doğrultusunda sokak oyunları ve kamusal mekan etkinlikleri incelenecek, bu faaliyetlerin sosyal sermayeyi nasıl inşa ettiği tartışılacaktır. Topluluk inşası (community building), bireylerin ortak değerler, deneyimler ve hedefler etrafında bir araya gelerek sosyal bağlar kurduğu, aidiyet geliştirdiği ve kolektif eylem kapasitesi kazandırdığı bir süreçtir. Rekreasyon, bu sürecin hem aracı hem de sonucu olabilir.

Sosyolojik açıdan, rekreasyonel etkinlikler sosyal sermayeyi artırır (Putnam, 2000).

Psikolojik açıdan, grup içi etkileşimler aidiyet ve öz-yeterlik duygusunu güçlendirir.

Mekânsal açıdan, kamusal alanlarda yapılan etkinlikler mekâna bağlı topluluk duygusunu pekiştirir.

1.1. Rekreasyonun Topluluk İnşasındaki Rolü

Rekreasyon, bireyleri bir araya getirerek *güven, işbirliği ve ortak kimlik* inşasını destekler. Özellikle aşağıdaki türlerde bu etki belirgindir:

Sportif rekreasyon: Takım oyunları, turnuvalar ve yürüyüş grupları sosyal bağları güçlendirir.

Kültürel etkinlikler: Halk dansları, müzik atölyeleri ve geleneksel oyunlar kültürel sürekliliği sağlar.

Gönüllü rekreasyon: Toplumsal hizmet temelli etkinlikler (ör. çevre temizliği) kolektif sorumluluk duygusunu artırır.

1.1.2. Katılımcı Adalet ve Erişim

Topluluk inşasında **katılımcı adalet** kritik bir ilkedir. Rekreasyonel alanlara ve etkinliklere erişimde yaş, cinsiyet, engellilik durumu ve sosyoekonomik eşitsizlikler dikkate alınmalıdır (Osmanoğlu, 2021).

Bazı Üniversitelerin Rekreasyon Yönetimi Bölümü, bu konuda “toplumsal katkı politikası” geliştirerek erişilebilirlik ve kapsayıcılığı temel ilke olarak benimsemiştir.

Katılımcı planlama süreçleri, bireylerin yalnızca kullanıcı değil aynı zamanda tasarımcı olmalarını sağlar.

1.1.3. Dijital Topluluklar ve Yeni Rekreasyon Biçimleri

Dijitalleşme, mekânsal sınırlamaları aşarak yeni türden toplulukların oluşmasına olanak tanır:

- **Çevrimiçi oyun toplulukları**, ortak hedefler etrafında iş birliği yapar.
- **Sanal yürüyüş kulüpleri** veya **dijital kitap kulüpleri**, fiziksel olarak bir araya gelemeyen bireyleri buluşturur.
- Bu tür dijital rekreasyonlar, özellikle pandemi sonrası dönemde topluluk inşasında önemli rol oynamıştır.

1.2. Türkiye'den Uygulama Örnekleri

- **Yerel yönetimlerin mahalle temelli spor ve sanat atölyeleri**, sosyal bütünleşmeyi destekler.
- **SODES ve AB projeleri kapsamında yürütülen gençlik kampları**, farklı sosyo-kültürel grupları bir araya getirerek topluluk inşasına katkı sunar.
- **Kırsal bölgelerde yürütülen kadın kooperatifleri**, üretim temelli rekreasyonel birliktelikler yaratır.

2. Anlam Arayışı Eksen: Bu bölüm, rekreasyonu pozitif psikoloji bağlamında değerlendirecektir. Csikszentmihalyi (1990) ve Seligman'ın (2011) çalışmalarından hareketle, bireyin kendini tamamen kaptırdığı macera rekreasyonu, "ciddi serbest zaman" (serious leisure) (Stebbins, 2007) ve dijital detoks gibi faaliyetlerin, bireye nasıl anlamlı deneyimler kazandırdığı ortaya konulacaktır.

Geleneksel olarak rekreasyon, boş zamanları dolduran, basit eğlence ve dinlenme aktiviteleri olarak görülmüştür (Yaşar & Direkçi, 2025). Ancak modern yaklaşımlar, rekreasyonun insan hayatında çok daha derin bir işleve sahip olduğunu ortaya koyar: **anlam arayışı ve inşası**. Bu arayış, bireyin kendini, toplumu ve doğayı anlamlandırma çabasının bir parçasıdır. Rekreasyonel aktiviteler, bu arayışın gerçekleştiği bir "deneyim alanı" haline gelir (Kelly & Freysinger, 2000).

Temel Eksenler

Anlam arayışının rekreasyondaki tezahürlerini dört ana eksende incelemek mümkündür:

2.1. Benlik ve Kimlik Eksen: "Kendini Bilmek ve İnşa Etmek"

- **Odağı:** Bireyin kendi sınırlarını test etmesi, yeteneklerini keşfetmesi ve bir "kimlik" inşa etmesi.
- **Nasıl Gerçekleşir?**

Maceracı Rekreasyon: Dağcılık, serbest dalış, uzun mesafe yürüyüşleri gibi aktiviteler, bireye fiziksel ve zihinsel sınırlarını zorlama fırsatı verir. Bu süreç, güçlü bir özgüven ve "başarabilirim" duygusuyla sonuçlanarak anlam yaratır.

Yaratıcı Rekreasyon: Resim, müzik, yazma gibi hobiler, bireyin iç dünyasını dışavurumunu sağlar. Yaratılan somut bir ürün, "ben buyum" hissini pekiştirir.

- **Kuramsal Temel:** Bu eksen, Abraham Maslow'un (1954) "Kendini Gerçekleştirme" kavramı ve özellikle Mihaly Csikszentmihalyi'nin (1990) "Akış (Flow)" teorisi ile desteklenir. Csikszentmihalyi'ye (1990) göre akış halindeyken birey, benliğini ve zamanı unutar, tamamen aktiviteye odaklanır ve bu derin bağlanış, yoğun bir anlam ve doyum sağlar.

•

2.1.2 Topluluk ve Aidiyet Eksen: "Bir Şeyin Parçası Olmak"

- **Odağı:** Sosyal bağlar kurma, bir gruba ait hissetme ve kolektif bir kimlik geliştirme.
- **Nasıl Gerçekleşir?**

Kulüp ve Topluluk Aktiviteleri: Bir bisiklet kulübü veya koşu grubunun üyesi olmak, bireye ortak bir amaç etrafında kenetlenmiş bir sosyal çevre sunar (Stebbins, 2007).

Gönüllülük (Voluntourism): Bir doğa koruma projesinde gönüllü olmak, bireye topluma ve çevreye katkıda bulunma hissi verir. Bu, "iyi bir amaç için bir şeyler yapıyorum" anlamını taşır.

- **Kuramsal Temel:** Bu eksen, sosyolog Emile Durkheim'ın "kolektif bilinç" ve "toplumsal dayanışma" kavramlarıyla ve Victor Turner'ın (1969) "**communitas**" (cemaat) kavramıyla doğrudan ilişkilidir. Turner'a (1969) göre, ortak yapılan ritüeller ve liminal deneyimler (örneğin bir festival veya grup yolculuğu) geleneksel sosyal yapıların ötesinde bir dayanışma duygusu yaratır.

2.1.3. Maneviyat ve Bağlanış Ekseni: "Daha Büyük Bir Bütünle Bağ Kurmak"

- **Odağı:** Doğa, evren veya bir "yüce güç" ile kurulan derin, kişisel ve çoğu zaman sözsüz bir bağ.

- **Nasıl Gerçekleşir?**

Doğada Zaman Geçirme (Shinrin-yoku - Orman Banyosu): Sadece bir yürüyüş değil, doğanın seslerine, kokularına ve görüntülerine bilinçli bir şekilde dalmak. Bu deneyim, bireye kendi günlük kaygılarının ötesinde, daha büyük ve ebedi bir düzenin parçası olduğu hissini verir (Driver & Bruns, 1999).

Yalnız Yolculuklar: Bir hac yolculuğu veya kişisel bir inziva, derin bir iç dönüş ve manevi aydınlanma arayışdır.

- **Kuramsal Temel:** Bu eksen, varoluşçu felsefenin temel sorusu olan "Hayatın anlamı nedir?" sorusuyla ve doğa merkezli spiritüel anlayışlarla bağlantılıdır.

2.1.4. Kaçış ve Yeniden Doğuş Ekseni: "Gündelik Hayatın Ötesine Geçmek"

- **Odağı:** Rutinin, baskıların ve monotonluğun dışına çıkarak bireyin kendini "yeniden şarj etmesi" ve tazelenmiş bir bakış açısıyla dönmesi.
- **Nasıl Gerçekleşir?**

Festivaller ve Konserler: Bireyin normal kimliğinden sıyrılıp, kolektif bir coşku ve özgürlük deneyimine katılması. Bu, Turner'ın (1969) deyimiyle bir "**liminal alan**" yaratır; kural ve normların askıya alındığı, geçici bir topluluk halidir.

Tatil ve Seyahat: Farklı bir kültüre seyahat etmek, bireye kendi yaşam tarzını ve değerlerini yeniden sorgulama fırsatı verir.

- **Kuramsal Temel:** Bu eksen, sosyolog Max Weber'in "demir kafes" (bürokrasi ve rasyonalitenin yarattığı sıkışmışlık) kavramından kaçış olarak da yorumlanabilir. Aynı zamanda, **John Huizinga'nın** (1938) "**Homo Ludens**" (Oynayan İnsan) kitabında vurguladığı gibi, oyun ve rekreasyon, kültürün ve bireysel özgürlüğün temel taşıdır (Dündar,2022).

3. Sosyal Dönüşüm Ekseni: Son olarak, makale rekreasyonun mikro düzeyden makro düzeye uzanan etkisini ele alacaktır. Rekreasyonel uygulamaların, Arai ve Pedlar'ın (2003) vurguladığı şekilde sosyal içermeye, çevresel sürdürülebilirlik (Chawla, 1999) ve Lydon & Garcia'nın (2015) "taktiksel kentleşme" örneklerinde olduğu gibi kentsel dönüşüm gibi daha geniş toplumsal meselelerin çözümüne nasıl katkı sağladığı analiz edilecektir.

Rekreasyonun sosyal dönüşüm ekseni, bireysel eğlencenin ötesine geçerek, boş zaman aktivitelerinin **toplumsal yapıları, ilişkileri, normları ve hatta kent mekanlarını nasıl dönüştürdüğünü** inceler. Bu perspektif, rekreasyonu sadece bir "tüketim nesnesi" değil, aynı zamanda aktif bir "**toplumsal değişim aracı**" olarak görür (Gülner, 2023).

Neden Rekreasyon Dönüştürücü Bir Güçtür?

Bu dönüşümü anlamak için iki temel kuramsal yaklaşım öne çıkar:

1. **Yapılandırmacı Perspektif:** Toplumsal cinsiyet, sınıf veya etnik kimlik gibi sosyal yapılar, gündelik pratikler ve etkileşimlerle sürekli olarak yeniden üretilir veya dönüştürülür. Rekreasyon alanları da bu pratiklerin gerçekleştiği önemli sosyal arenalardır.
2. **Eleştirel Teori ve Frankfurt Okulu:** Theodor Adorno ve Max Horkheimer gibi düşünürler, boş zamanın endüstriyel kapitalizm tarafından nasıl metalaştırıldığını ve sistemi meşrulaştırmak için kullanıldığını (kitle kültürü) eleştirmiştir. Ancak, daha sonraki çalışmalar, boş zamanın aynı zamanda bu sisteme **direnç** için de bir alan yaratabildiğini göstermiştir (Rojek, 1985).

3.1. Sosyal Dönüşümün İşleyiş Mekanizmaları ve Somut Örnekler

Sosyal dönüşüm aşağıdaki ana kanallar üzerinden gerçekleşir:

3.1.1. Yerel Kimlik ve Aidiyet Duygusunun İnşası

- **Mekanizma:** Yerel festivaller, mahalle turnuvaları veya bir parkın etrafında örgütlenen topluluk bahçeleri gibi aktiviteler, insanlar arasında ortak bir

amaç ve aidiyet duygusu yaratır. Bu paylaşılan deneyimler, soyut "mahalle" kavramını somut bir "topluluk" haline getirir.

- **Örnek:** Bir şehrin düzenlediği "Yemek Festivali", sadece yemek yemek değil, o bölgenin mutfak kültürünü kutlamak, yerel üreticileri desteklemek ve sakinler arasında gurur ve aidiyet duygusunu pekiştirmek işlevi görür. Bu, **kentlilik bilincinin** güçlendirilmesine hizmet eder (Putnam, 2000).

3.1.2. Sosyal Dışlanma ve Eşitsizliklerle Mücadele

- **Mekanizma:** Rekreasyon, dezavantajlı grupların (engelliler, göçmenler, düşük gelirli bireyler) topluma entegrasyonu için güçlü bir araç olabilir. Kapsayıcı rekreasyon programları, bu gruplara sosyal sermaye geliştirme, beceri kazanma ve toplumsal hayata görünür bir şekilde katılma fırsatı sunar (Hazar & Koç, 2020; Kaya & Özcan, 2024).
- **Örnek:** Engelliler için düzenlenen özel yürüyüş parkurları veya tekerlekli sandalye basketbolu ligleri, sadece fiziksel aktivite değil, aynı zamanda bir "**dahil olma**" ve "**tanınma**" mücadelesidir. Benzer şekilde, gençlik ve spor merkezlerindeki ücretsiz kurslar, sosyo-ekonomik eşitsizliğin yarattığı fırsat uçurumunu kısmen de olsa kapatmaya çalışır.

3.1.3. Toplumsal Cinsiyet Normlarının Dönüşümü

- **Mekanizma:** Spor ve rekreasyon, geleneksel olarak toplumsal cinsiyet rollerinin en katı biçimde sergilendiği alanlardan biridir. Ancak, kadınların futbol, halter, boks gibi "erkeksi" addedilen sporlarda artan varlığı veya erkeklerin dans ve jimnastik gibi alanlarda daha fazla yer alması, bu kalıp yargıları doğrudan sorgular ve zayıflatır.
- **Örnek:** Türkiye'de kadın futbolunun profesyonelleşmesi ve görünürlüğünün artması, sadece sportif bir başarı değil, aynı zamanda kamusal alanda kadın bedeninin meşruiyetine dair güçlü bir **sosyal ve kültürel mesajdır**. Bu, **Connell (2005)**'in teorize ettiği hegemonik erkeklik normlarının yeniden üretilmediği, alternatif kimliklerin inşa edildiği alanlar yaratır.

3.1.4. Kentsel Mekanın Demokratikleşmesi

- **Mekanizma:** Parklar, meydanlar, sahiller gibi kamusal rekreasyon alanları, farklı sosyal sınıf, yaş ve etnik kökenden insanın bir araya gelebildiği nadir

demokratik mekanlardır. Burada yaşanan etkileşimler, sosyal önyargıları azaltabilir ve karşılıklı anlayışı geliştirebilir.

- **Örnek:** İstanbul'da Gezi Parkı örneğinde olduğu gibi, bir park sadece ağaçların olduğu bir yer değil, aynı zamanda toplumsal taleplerin ifade edildiği, siyasi bir kimliğin inşa edildiği bir **mücadele alanına** dönüşebilir. Bu, rekreasyon alanlarının siyasi dönüşümdeki rolünü gösteren çarpıcı bir örnektir.

3.1.5. Kolektif Hareket ve Aktivizmin Tetikleyicisi Olması

- **Mekanizma:** Bisiklet grupları, doğa yürüyüşü kulüpleri veya plaj temizleme gönüllüleri, başlangıçta rekreasyonel bir amaçla bir araya gelen ancak zamanla güçlü birer sivil toplumsal baskı grubuna dönüşen topluluklardır.
- **Örnek: "Critical Mass"** (Sivil Bisiklet İnisiyatifi) bisiklet sürüşleri, başlangıçta keyif için bir araya gelen bisikletlilerin, zamanla kent içi ulaşım politikalarını, araba merkezli kentleşmeyi ve iklim krizini sorgulayan küresel bir harekete dönüşmesini sağlamıştır.

4. Sonuç ve Öneriler

Geleneksel "zaman geçirme" anlayışının aksine, çağdaş rekreasyon çalışmaları, bu olguyu bireyin anlam dünyasını ve toplumsal dokuyu aynı anda inşa eden bir **"zamanı anlamlandırma pratiği"** olarak ele almaktadır (Gürbüz & Özdemir, 2018). Modern ve postmodern yaşamın getirdiği yabancılaşma, anlam krizi ve atomize bireycilik karşısında, insanlar rekreasyonel faaliyetler aracılığıyla dört temel ihtiyacı karşılama arayışındadır: **kontrol** (benlik eksen), **bağlantı** (topluluk eksen), **boyut** (maneviyat eksen) ve **özgürlük** (kaçış eksen). Bu dört eksen, rekreasyonun sadece bedeni değil, aynı zamanda ruhu ve kimliği de besleyen vazgeçilmez bir olgu olduğunu ortaya koyar (Csikszentmihalyi, 1990; Stebbins, 2007).

Ancak, bu bireysel anlam arayışı, toplumsal bir boşlukta gerçekleşmez. Tam aksine, rekreasyonel pratikler, bireysel düzeyde başlayıp toplumsal düzeye uzanan güçlü bir **dönüştürücü potansiyele** sahiptir. Rekreasyonun sosyal dönüşüm eksen, onu toplumsal statükoyu sürdüren pasif bir unsur olarak değil, aktif bir şekilde **sorgulayan, dönüştüren ve yeniden inşa eden** dinamik bir süreç olarak konumlandırır (Rojek, 1985). Bu dönüşüm, sosyal politikanın merkezinde yer alan temel meselelerin tamamında kendini gösterir: **aidiyet** duygusunun inşasından sosyal **eşitsizliklerle** mücadeleye, **toplumsal cinsiyet** normlarının yeniden yazımından **kent hakkı** talebine kadar uzanan geniş bir yelpazede.

Bu iki boyut bireysel anlam ve toplumsal dönüşüm, birbirinden bağımsız değil, simbiyotik bir ilişki içindedir. Örneğin, bir dağcılık kulübüne katılan birey, öncelikle kişisel sınırlarını zorlayarak bir **kontrol ve başarı** duygusu (bireysel anlam) arar. Ancak, bu kulübün doğa koruma faaliyetlerine katıldığında, bireysel arayışı kolektif bir çevre aktivizmine dönüşür. Bu durum, bireyin edindiği "dağcı" kimliğini, "**çevreci bir vatandaş**" kimliğiyle pekiştirirken, aynı zamanda toplumda ekolojik farkındalığın yayılmasına da katkıda bulunur (sosyal dönüşüm). Benzer şekilde, bir mahalle parkında kadınların oluşturduğu bir yürüyüş grubu, üyeleri için bir sağlık ve sosyalleşme alanıyken (bireysel anlam), aynı zamanda kamusal alanda kadınların güvenli bir şekilde var olabilmesi anlamına gelerek toplumsal cinsiyet eşitsizliğine mekansal bir müdahalede bulunur (sosyal dönüşüm).

Bu nedenledir ki, günümüzde rekreasyon politikaları artık sadece "eğlence" veya "turizm" başlıkları altında değerlendirilemez. Bu politikalar, aslında dolaylı ancak son derece etkili birer **sosyal politika aracıdır**. Kapsayıcı park tasarımları, engellilere yönelik spor programları, gençlik merkezleri veya kültür-sanat festivalleri için ayrılan bütçeler, toplumsal refahı, katılımı ve adaleti doğrudan destekleyen yatırımlardır (Putnam, 2000; Güney & Osmanoğlu, 2021). Sonuç olarak, rekreasyonu anlamak, modern insanın hem kendi iç dünyasında hem de toplumsal yaşamda nasıl bir "**inşaatçı**" rolü üstlendiğini görmektir. Bu faaliyetler, bireylere hayatlarını anlamlı kılacak araçlar sunarken, bir yandan da daha eşit, daha birbirine bağlı ve daha diri bir toplumun inşasına hizmet eder.

Rekreasyonun gücü, bireysel anlam arayışı ile toplumsal dönüşüm potansiyelini birleştirmesinde yatar. Aşağıdaki öneriler, bu iki eksenin pratikte buluşturmayı hedeflemektedir.

1. "Anlamlı Topluluklar" Programı: Bireysel Gelişimi Kolektif Faydaya Dönüştürmek

Teorik Çerçeve: Csikszentmihalyi'nin "Akış" teorisi + Putnam'ın "Sosyal Sermaye" kavramı.

Öneri: Yerel yönetimler veya STK'lar aracılığıyla, bireylerin "**ciddi boş zaman**" (Stebbins, 2007) faaliyetleri aracılığıyla hem kişisel becerilerini geliştirebileceği hem de topluma katkıda bulunabileceği yapılandırılmış programlar oluşturulması.

Somut Uygulamalar:

- **"Beceri Takas Halkaları":** Bir marangozun, bir gençlik grubuna ağaç dikmek için kuş evi yapmayı öğretmesi. Birey için bir "üretme" ve "ustalaşma" anlamı (akış), toplum için ise yeşil alanlara kuş evleri kazandıran kolektif bir proje.
- **"Dijital Dedeler":** Teknoloji meraklısı gençlerin, yaşlılara akıllı telefon ve sosyal medya kullanmayı öğrettiği atölyeler. Gençler için bir "mentörlük" ve "sosyal sorumluluk" deneyimi, yaşlılar için ise dijital uçurumun aşılması ve sosyal izolasyonun azaltılması.
- **"Kentsel Tasarım Atölyeleri":** Vatandaşların, mahallelerindeki bir kamusal alanın (örneğin bir köşe parkı) tasarım sürecine aktif olarak katıldığı katılımcı planlama süreçleri. Katılımcılar için "ait olma" ve "etki yaratma" duygusu, kent için ise daha kullanışlı ve benimsenen mekanlar.

Beklenen Çıktı: Bireylerde güçlendirilmiş benlik duygusu ve toplumsal aidiyet; toplumda ise artan sosyal sermaye ve kolektif problem çözme kapasitesi.

2. "Dönüştürücü Rekreasyon" Karnesi: Sosyal Politikanın Somut Göstergesi

Teorik Çerçeve: Rekreasyonun sosyal politika aracı olarak yeniden tanımlanması.

Öneri: Belediyelerin rekreasyon hizmetlerini değerlendirirken sadece kullanıcı sayısı veya tesis çeşitliliği gibi nicel göstergelerle yetinmemesi; bunun yerine, bu hizmetlerin **sosyal dönüşüm etkisini** ölçen niteliksel bir "karnenin" oluşturulması.

Karnenin İçerebileceği Başlıklar:

- **Sosyal İçerme Endeksi:** Sunulan aktivitelerin dezavantajlı gruplar (engelliler, düşük gelirliler, göçmenler) tarafından erişilebilirliği ve katılım oranları.
- **Toplumsal Cinsiyet Dengesi:** Spor takımlarından yönetim kadrolarına kadar rekreasyon hizmetlerinin her aşamasında cinsiyet eşitliğinin sağlanma düzeyi.

- **Yurttaşlık Katılımı:** Vatandaşların rekreasyon hizmetlerinin planlanması, uygulanması ve değerlendirilmesi süreçlerine ne ölçüde dahil edildiği.
- **Çevresel Sürdürülebilirlik:** Düzenlenen aktivitelerin ve bakımı yapılan yeşil alanların ekolojik ayak izi.

Beklenen Çıktı: Rekreasyon bütçelerinin ve politikalarının, sosyal adalet ve eşitlik hedeflerine daha doğrudan hizmet edecek şekilde şekillendirilmesi.

3. "Anlam Haritaları" Projesi: Bireysel Deneyimlerden Toplumsal Veriye

Teorik Çerçeve: Anlam arayışının mekansal boyutu.

Öneri: Kent sakinlerinin, kendileri için kişisel anlam ifade eden rekreasyon alanlarını (bir bank, bir patika, bir ağaç altı) işaretleyip, o mekanda ne hissettiklerine dair kısa hikayeler paylaşabildiği dijital bir interaktif harita platformu oluşturmak.

Somut Uygulama:

- Vatandaşlar, cep telefonu uygulaması üzerinden, "huzur bulduğum yer", "en iyi arkadaşım ile buluştuğum kafe", "çocuğumun ilk bisiklete bindiği park" gibi etiketlerle mekanları işaretler ve duygusal bağlarını anlatan kısa metinler/ fotoğraflar yükler.
- **Amaç:** Kentin sadece fiziki değil, duygusal ve anlamsal topografyasını çıkarmak. Bu veri, kent plancıları için hangi mekanların gerçekte nasıl bir sosyal ve duygusal değer taşıdığına dair paha biçilmez bir içgörü kaynağı olur.

Beklenen Çıktı: Kent planlamasının, insanların sadece fiziksel değil, duygusal ve manevi ihtiyaçlarına da yanıt veren, daha "anamlı" kamusal mekanlar tasarlamasına olanak sağlanması.

Kaynakça

- Albayrak, S., & Ağırbaş Ö. (2024). Lise öğrencilerinde fiziksel aktivite ile sosyal medya bağımlılığı ve yaşam doyumu ilişkisi (Ordu ili örneği). İ. Uçan, B. Tatlısu & V. Alaeddinoğlu (Ed.), *Beden eğitiminde sürdürülebilirlik ve nitel araştırmalar* (1. bs., ss. 33–65). Özgür Yayın-Dağıtım Co. Ltd. ISBN 978-975-447-927-0
- Arai, S. M., & Pedlar, A. M. (2003). *Moving Beyond Individualism in Leisure Theory: A Critical Analysis of Concepts of Community and Social Engagement*. Leisure Sciences.
- Chawla, L. (1999). *Life Paths Into Effective Environmental Action*. The Journal of Environmental Education.
- Connell, R. W. (2005). *Masculinities* (2nd ed.). University of California Press.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper & Row.
- Dündar, B. (2022). Toplumsal Bir Olgu Olarak Oyun ve Kent İlişkisi: Ritimanaliz ve Yer: Oyun ve Kent İlişkisi. *Tasarım+ Kuram*, 18(36), 113-128.
- Firth, C., Maye, D., & Pearson, D. (2011). Developing “community” in community gardens. *Local Environment*, 16(6), 555–568. <https://doi.org/10.1080/13549839.2011.586025>
- Gehl, J. (2010). *Cities for People*. Island Press.
- Gönülateş, S. (2018). Farklı ülkelerde rekreatif katılımın yaşam kalitesi üzerine etkisi. *Akademisyen Kitabevi*.
- Gülner, Ü. (2023). *Toplum ve Rekreasyon*. Özgür Yayınları EBooks. <https://doi.org/10.58830/OZGUR.PUB164>
- Güney, G., & Osmanoğlu, H. (2021). Rekreasyon alanlarında inovasyon ve sürdürülebilirlik. M. Dalkılıç & Ö. Özer (Ed.), *Rekreasyon alanlarında inovasyon ve sürdürülebilirlik* (1. bs.). Duvar Kitabevi. ISBN 978-625-7502-81-8.
- Hazar, K., ve Koç, A.F. (2020). Bedensel Engelli Sedanter ve Sporcu Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Karşı Tutumları ve Yaşam Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 541- 554. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.822392>
- Jackson, Edgar Lionel & Burton, Thomas L. (1999). *Leisure Studies: Prospects for the Twenty-first Century*. Venture Publishing (PA).
- Kaya, M., & Özcan, K. (2024). Sporun engelli bireylerde motor beceriler üzerine etkisi. In A. B. Özkara (Ed.), *Fiziksel aktivite ve sağlık* (pp. 1–21). Yaz Yayınları.
- Kelly, J. and Freysinger, V. (2000) *21st century leisure: Current issues*. Allyn & Bacon, Boston.
- Konur Tekeş, F. (2022). Küreselleşmenin spor üzerine etkisi. H. Osmanoğlu (Ed.), *Sporda özgün çalışmalar-1* (ss. 8–26). İKSAD Publishing House.
- Konur Tekeş, F. (2023). Teknolojik gelişmelerin spor alanı üzerindeki etkisi. H. Osmanoğlu & N. Uygur (Ed.), *Spor bilimlerinde multidisipliner güncel araştırmalar* (ss. 5–14). Eğitim Yayınevi
- Lydon, M., & Garcia, A. (2015). *Tactical Urbanism: Short-term Action for Long-term Change*. Island Press.
- Marmara Belediyeler Birliği. (2025, 23 Ekim). *Çocuklar için dönüşen sokaklar*. <https://www.marmara.gov.tr>
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality*. New York, NY: Harper & Row Publishers.

- Osmanoğlu, H. (2021). Spor turizmi hizmeti veren otel işletmelerinin hizmet kalitesinin engelli sporcular açısından değerlendirilmesi. M. Uzun (Ed.), *Engelsiz yaşamlar: Özel gereksinimli bireylerde fiziksel aktivite ve spor* (1. bs.). Efe Akademi Yayınevi. ISBN 978-625-8065-83-1
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Touchstone Books/Simon & Schuster. <https://doi.org/10.1145/358916.361990>
- Rojek, C. (2013). *Capitalism and leisure theory* (Routledge revivals). Routledge.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Free Press.
- Stebbins, R. A. (2015). *Serious leisure: A perspective for our time*(paperback edition). New Brunswick, NJ: Transaction
- Turner, V. (1969). *The Ritual Process. Structure and Anti-Structure*. Brunswick and London: Aldine Transaction.
- Yaşar, Y., & Direkçi, V. (2025). Rekreasyon yönetimi: Türkiye ve dünya perspektifi. In M. Gönen, M. A. Ceyhan, & Z. Çakır (Eds.), *Sporda güncel araştırmalar: Fiziksel, psikolojik ve sosyal perspektifler* (pp. 24–36). Duvar Yayınları.