



TÜRKİYE CUMHURİYET'İN 101. YILI

**CUMHURİYETİN
101.YILINDA SPORA
BİLİMSEL YAKLAŞIMLAR**

Editörler:

Prof. Dr. Ahmet Gökhan YAZICI

Prof. Dr. Talha MURATHAN

Doç. Dr. Kübra ÖZDEMİR



CUMHURİYETİN 101.YILINDA SPORA BİLİMSEL YAKLAŞIMLAR



TÜRKİYE CUMHURİYETİ'NİN YÜZÜNCÜ YILI

Editörler:

Prof. Dr. Ahmet Gökhan YAZICI

Prof. Dr. Talha MURATHAN

Doç. Dr. Kübra ÖZDEMİR

2024



CUMHURİYETİN 101.YILINDA SPORA BİLİMSEL YAKLAŞIMLAR
Editörler:Prof. Dr. Ahmet Gökhan YAZICI, Prof. Dr. Talha MURATHAN
Doç. Dr. Kübra ÖZDEMİR

Genel Yayın Yönetmeni: Berkan Balpetek

Kapak ve Sayfa Tasarımı: Duvar Design

Baskı: Aralık 2024

Yayıncı Sertifika No: 49837

ISBN: 978-625-5530-62-2

© Duvar Yayınları

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

Tel: 0 232 484 88 68

www.duvar yayinlari.com

duvarkitabevi@gmail.com

İÇİNDEKİLER

BÖLÜM – 1 (6 – 20)

TÜRKİYE’NİN OLİMPİYATLARDAKİ YÜZ YILI

Talha MURATHAN & Özlem TUNÇALP

BÖLÜM – 2 (21 – 28)

DİJİTAL EĞİTSEL OYUNLARIN YETENEK GELİŞİMİ VE YARATICI DÜŞÜNMEYE ETKİSİ

Emine TAYAN & Ahmet Gökhan YAZICI

BÖLÜM – 3 (29 – 42)

ÖZEL SPORCULARIN YAŞAM KALİTESİNDE YÜZMENİN ROLÜ VE ÖNEMİ

Kübra ÖZDEMİR & Korhan KESKİNKILIÇ & Bumin Kağan ÖZDEMİR

BÖLÜM – 4 (43 – 53)

HER MESLEK VE UĞRAŞI EĞİTİMİNDE SANAT VE SPOR FAALİYETLERİNİN KİŞİLİK GELİŞİMİNE KATKILARI

Menduha SATIR KAYSERİLİ & Muhammet Emin KAYSERİLİ

BÖLÜM – 5 (54 – 70)

E-SPOR ETKİNLİKLERİNİN LOJİSTİK YÖNETİMİ: BAŞARI İÇİN STRATEJİK YAKLAŞIMLAR

Burak Erdinç ASLAN

BÖLÜM – 6 (71– 76)

SPORDA TENDİNİTİN KOLLAJEN İLE İYİLEŞMESİ

Yusuf Ziya DOĞRU & Muharrem OĞAN

BÖLÜM – 7 (77 - 86)

**MATEMATİK ÖĞRETİMİNDE DİJİTAL EĞİTSEL OYUN TEMELLİ ÖĞRENME
UYGULAMALARI VE ETKİ ANALİZİ**

Emine TAYAN

BÖLÜM – 8 (87 - 93)

SPORDA KRAMPLARI ÖNLEYEN BESİNLER

Yusuf Ziya DOĞRU & Muharrem OĞAN

BÖLÜM – 9 (94 - 103)

OLİMPİYAT OYUNLARINDA TÜRK CUMHURİYETLERİNDE GÜREŞ

Göktuğ NORMAN & Burak CANPOLAT & Yalın AYGÜN

ÖN SÖZ

101. yılını yaşadığımız Türkiye Cumhuriyeti Devletimizde her alanda büyük değişimler yaşanmaktadır. Spor sektöründe de bu anlamda değişim ve dönüşümler yaşanmaktadır. Bu doğrultuda daha önce "Cumhuriyetin 100.Yılında Spora Bilimsel Yaklaşımlar" kitabı ile spor alanına bilimsel anlamda yeni bakış açıları ve teoremler geliştirerek katkı yapmaya çalıştığımız kitabımızı "Cumhuriyetin 101.Yılında Spora Bilimsel Yaklaşımlar" olarak okuyuculara sunmuş bulunmaktayız. Bu bağlamda "Cumhuriyetin 101.Yılında Spora Bilimsel Yaklaşımlar" kitabımızın hazırlanmasında emek vererek, katkı sağlayan bölüm yazarlarımıza çalışmalarından dolayı teşekkür ederiz. Kitabın bilim camiasına katkı yapmasını umut eder, hayırlı olmasını dileriz.

Prof. Dr. Ahmet Gökhan YAZICI

Prof. Dr. Talha MURATHAN

Doç. Dr. Kübra ÖZDEMİR

TÜRKİYE’NİN OLİMPİYATLARDAKİ YÜZ YILI

Talha MURATHAN

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,

Spor Yöneticiliği Bölümü, Malatya

ORCID: 0000-0002-9837-3707

talha.murathan@inonu.edu.tr

Özlem TUNÇALP

İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü,

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Malatya

ORCID: 0000-0000-0000-0000

ozlemtuncalp10@gmail.com

GİRİŞ

1. GEÇMİŞTEN GÜNÜMÜZE OLİMPİYATLAR

Antik Olimpiyat Oyunları, M.Ö. 776'dan M.S. 393 yılına kadar Eski Yunan'da düzenlenmiş ve barışın, dostluğun sembolü olarak görülmüştür. Bu oyunlar yaklaşık 1500 yıl sonra, Fransız spor adamı Baron de Coubertin'in çabalarıyla modern dönemde yeniden canlandırılmıştır. 1894'te Paris'te toplanan Uluslararası Spor Kongresi'nde olimpiyat oyunlarının yeniden düzenlenmesi kararlaştırılmış ve 1896'da Atina'da ilk modern olimpiyat oyunları düzenlenmiştir.

1.1. Osmanlı Devleti ve Erken Dönem Türkiye Cumhuriyeti Olimpiyatları

Osmanlı Devleti'nin modern olimpiyatlara katılımı, devletin çöküş dönemine denk geldiği için sınırlı olmuştur. İlk kez 1908 Londra Olimpiyatları'na, Galatasaray Lisesi öğrencisi Aleko Mulos'un katılımı ile temsil edilen Osmanlı Devleti, resmi olarak ise 1912 Stockholm Olimpiyatları'na Selim Sırrı Tarcan'ın girişimiyle katılmıştır. Ancak bu dönemde Osmanlı'nın ekonomik sıkıntılar nedeniyle sporcuları destekleyecek durumda olmaması, olimpiyatlara katılımı zorlaştırmıştır.

Osmanlı Devleti'nin resmi olarak katıldığı 1912 Stockholm Olimpiyatları'nda iki Ermeni asıllı sporcu, Vahram Papazyan ve Mıgırdiç Mıgıryan, Osmanlı'yı temsil etmişlerdir. Bu sporcular kendi imkânlarıyla katıldıkları bu olimpiyatlarda önemli bir başarı elde edememişlerdir.

I. Dünya Savaşı ve Osmanlı'nın çöküşü sonrasında, Türkiye Cumhuriyeti'nin kurulmasıyla birlikte, sporun yeniden yapılandırılması gündeme gelmiştir. 1924 Paris Olimpiyatları'na

Türkiye, Cumhuriyet dönemi olarak ilk kez katılmıştır. Ancak bu dönemde de Türkiye'nin spor altyapısı yetersiz olduğu için önemli başarılar elde edilememiştir.

1.2. Cumhuriyet Döneminde Olimpiyatlar

Türkiye, 1928 Amsterdam Olimpiyatları'na daha geniş bir sporcu kafilesiyle katılmıştır. Bu olimpiyatlarda, özellikle güreş dalında Tayyar Yalaz'ın gösterdiği performans, Türkiye'nin olimpiyat tarihindeki ilk önemli başarılarından biri olarak kaydedilmiştir. Yalaz, grekoromen güreş hafif sıklet kategorisinde dördüncü olarak madalyayı kıl payı kaçırmıştır.

Cumhuriyet dönemi boyunca Türkiye'nin olimpiyatlardaki en büyük başarıları, özellikle güreş ve halter gibi geleneksel spor dallarında olmuştur. Bu başarılar, 1948 Londra Olimpiyatları'nda Yaşar Erkan'ın altın madalya kazanmasıyla taçlanmıştır. Naim Süleymanoğlu ve Halil Mutlu gibi halterciler, Türkiye'nin modern dönemdeki en büyük olimpiyat başarılarına imza atmışlardır.

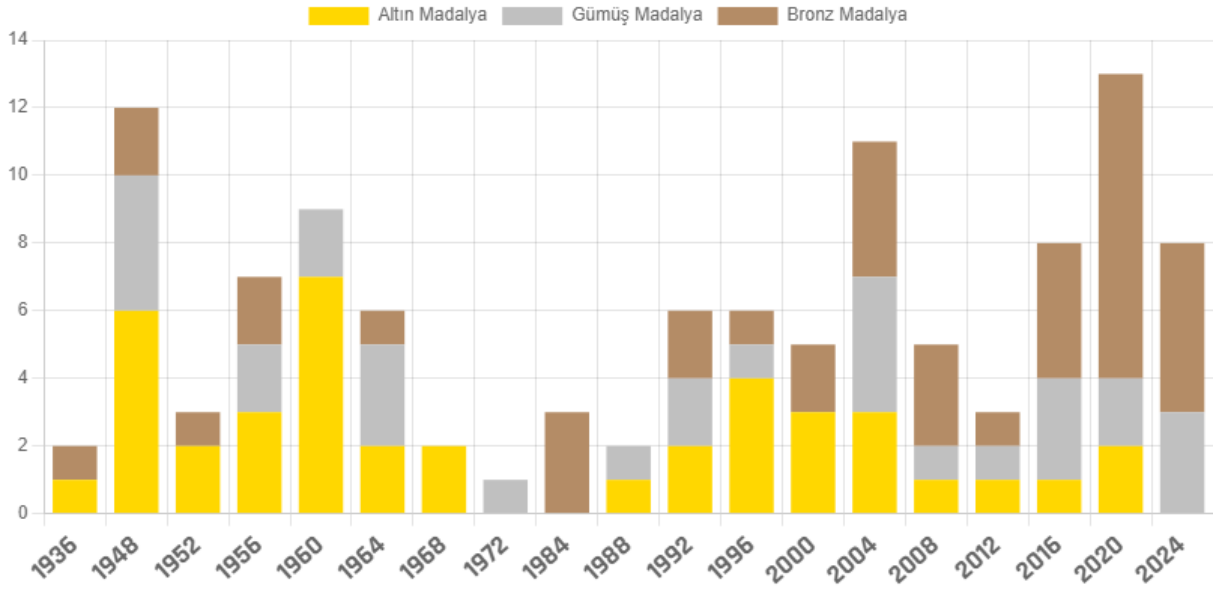
Türkiye'nin olimpiyatlardaki yeri, tarihsel süreç içerisinde değişen ulusal ve uluslararası koşullar, spor altyapısının gelişimi ve devlet politikaları ile şekillenmiştir. Erken Cumhuriyet döneminde ekonomik ve altyapı eksiklikleri nedeniyle sınırlı olan başarılar, ilerleyen yıllarda özellikle güreş ve halter gibi branşlarda artmış, modern dönemde ise çeşitlenerek tekvando, boks, okçuluk gibi yeni branşlara yayılmıştır.

Bugün, Türkiye'nin olimpiyat oyunlarındaki başarıları, hem geçmişteki güçlü branşlarda hem de son yıllarda gelişen yeni spor dallarında elde edilen madalyalarla şekillenmiştir. Türkiye'nin gelecekte daha geniş bir spor yelpazesinde başarı sağlaması, spor altyapısına yapılan yatırımların ve genç yeteneklerin geliştirilmesinin bir sonucu olarak görülebilir.

Türkiye'nin Olimpiyat Oyunları'ndaki yolculuğu, Cumhuriyet'in kuruluşundan önce Osmanlı İmparatorluğu döneminde başladı ve yıllar içinde önemli başarılarla dolu bir tarihe dönüştü.

2. Türkiye'nin Olimpiyatlardaki geçmişine kısa bir bakış

Türkiye'nin olimpiyat tarihindeki başarıları, zamanla artmış ve özellikle güreş branşında önemli başarılar elde edilmiştir. Ancak, genel olarak Türk sporunun olimpiyatlarda inişli çıkışlı bir performans sergilediği ve çeşitli dallarda madalya kazanma oranının arttığı görülmektedir. Spor açısından küreselleşme ve uluslararası düzeyde rekabet, Türkiye'nin olimpiyat başarısını olumlu yönde etkilemiştir.



Şekil 1,2: Olimpiyatlardaki Geçmişine Kısa Bir Bakış (TMOK, 2024)



29 × GÜREŞ
8 × HALTER
1 × OKÇULUK
1 × BOKS
1 × TAEKWONDO
1 × JUDO



18 × GÜREŞ
5 × BOKS
3 × TAEKWONDO
1 × ATICILIK
1 × KARATE
1 × HALTER
1 × ATLETİZM



21 × GÜREŞ
6 × TAEKWONDO
4 × BOKS
3 × KARATE
2 × ATLETİZM
2 × HALTER
1 × OKÇULUK
1 × CİMNASTİK
1 × JUDO

1.1. 1896 Atina Olimpiyatları

1896 Atina Olimpiyatları'nın ilk modern Olimpiyatlar olarak kabul edilmesi, birçok tarihi detayı da beraberinde getirir. Bazı spor tarihçileri, bu Olimpiyatlarda ilk Türk sporcu olarak bilinen Koç Mehmet'in yer aldığını öne sürse de, bu bilginin doğruluğu konusunda çeşitli şüpheler bulunmaktadır.

O dönemde Osmanlı İmparatorluğu ile Yunanistan arasındaki siyasi gerilimler ve özellikle Girit adasında yaşanan ayaklanmalar, bir Osmanlı vatandaşının Atina'da yarışmasının olası olmadığını düşündürmektedir. Ayrıca, Pierre de Coubertin'in Amerika'daki işbirlikçilerinden Prof. William M. Sloane'nin 1898'de Coubertin'e yazdığı mektup, o dönemde Avrupa ve Amerika'daki egemen toplulukların Türkiye'ye karşı olumsuz bir tutum sergilediğini belirtmektedir. Bu bağlamda, 1896 Olimpiyatları'na Türklerin davet edildiğine dair herhangi

bir resmi belge bulunmamaktadır. Bu durum, 1896 Atina Olimpiyatları'na katılan ilk Türk sporcu iddialarının desteklenmediğini ve bu tür bilgilerin doğruluğunun daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyduğunu göstermektedir (Koryürek, 2003).

1.2. 1900 Paris Olimpiyatları

1900 Paris Olimpiyatlarına hiçbir Türk sporcu katılmamıştır. Bu olimpiyatlar, modern Olimpiyatların ilk kez kadın sporculara yer verdiği ve farklı spor dallarının denendiği bir etkinlik olarak öne çıkmıştır. Ancak, o dönemde Osmanlı İmparatorluğu'nun spor alanındaki uluslararası temsilinin sınırlı olduğunu ve Türkiye Cumhuriyeti'nin spor alanında daha etkili bir temsili için henüz erken bir dönem olduğunu göz önünde bulundurursak, bu durumun anlaşılması kolaydır. Dolayısıyla, 1900 Paris Olimpiyatları'nda Türk sporcuların bulunmaması, dönemin koşullarına ve uluslararası spor arenadaki Osmanlı İmparatorluğu'nun durumuna bağlıdır (Seçilmiş, 2004).

1.3. 1904 St. Louis Olimpiyatları

1904 St. Louis Olimpiyatları, coğrafi uzaklık ve dönemin uluslararası spor organizasyonları açısından sınırlı erişilebilirlik nedeniyle sadece birkaç ülkenin katıldığı bir etkinlikti. Bu olimpiyatlarda Türkiye'nin yer almaması, hem coğrafi hem de spor alanındaki gelişim açısından dönemin koşullarını yansıtmaktadır. 1906 Atina Ara Olimpiyatları ise, modern Olimpiyat hareketinin gelişiminde önemli bir aşamayı temsil eder. Ancak bu Olimpiyatlar, özellikle Osmanlı İmparatorluğu'nun siyasi ortamı nedeniyle katılım açısından kısıtlamalara sahipti. II. Abdülhamit döneminin siyasi baskıları ve korkusu, Osmanlı'dan pek çok sporcunun katılımını engelledi. Bu sebeple, İstanbul, İzmir ve Selanik gibi şehirlerden sadece bazı gayrimüslim sporcular bu olimpiyatlara katılabiliştir. Bu sporcuların bir kısmı, Organizasyon Komitesi tarafından Yunan vatandaşı olarak değerlendirilmiştir, bu da dönemin karmaşık ulusal kimlik ve siyasal bağlamını gözler önüne sermektedir. Bu durum, Osmanlı İmparatorluğu'nun uluslararası spor organizasyonlarına katılımındaki zorlukları ve dönemin siyasi dinamiklerinin sporun gelişimine etkilerini anlamak açısından önemlidir (Koryürek, 2003).

1.4. 1908 Londra Olimpiyatları

1908 Londra Olimpiyatları, Türkiye'nin uluslararası spor arenasındaki ilk adımlarından biri olarak dikkat çeker. Bu dönemde, Pierre de Coubertin'in 1907 yılında İstanbul'a gelerek Selim Sırrı Bey'e IOC üyeliği teklif ettiği belirtilmiştir. Selim Sırrı Bey, bu teklifi memnuniyetle karşılamış ancak Türkiye'de bu tür bir organizasyonun kurulması için yeterli altyapının ve desteğin olmadığını, böyle bir girişimin kendi hayatını olumsuz etkileyebileceğini ifade etmiştir. Bu olay, Türkiye'nin Olimpiyat hareketine ilk adımını 1907 yılında atmış olduğunu gösterir. Ancak, 1908 Londra Olimpiyatları'nda Galatasaray Lisesi öğrencisi Moulos'un jimnastik dalında Türkiye'yi temsil ettiği belirtilse de, bu yarışmaya dair resmi belgelerde Moulos'un katıldığına dair kesin bir bilgi bulunmamaktadır. Ayrıca, Moulos'un aldığı derece hakkında da herhangi bir bilgi mevcut değildir. Bu durum, Moulos'un yarışmalara gerçekten katılıp katılmadığına dair bazı tartışmalara yol açmıştır. Bu bilgiler, Türkiye'nin uluslararası spor organizasyonlarıyla ilişkileri ve spor alanındaki ilk temsilleri açısından önemli bir bağlam sunar. Ancak, dönemin koşulları ve belgelerin

eksikliği, bu erken dönem temsiline tam olarak nasıl gerçekleştiği konusunda belirsizlikler yaratmaktadır (Koryürek, 2003).

1.5. 1920 Anvers Olimpiyatları

1920 Anvers Olimpiyatları, I. Dünya Savaşı'nın hemen sonrasında düzenlenmiş ve savaşın etkileri uluslararası spor dünyasında da hissedilmiştir. Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC), savaşın neden olduğu siyasi ve askeri gerilimler nedeniyle savaşan ülkelerin bazılarını, bu olimpiyatlara davet etmemiştir. Bu kapsamda Almanya, Avusturya, Macaristan, Bulgaristan ve Türkiye, 1920 Anvers Olimpiyatları'na davet edilmemiştir. Türkiye Cumhuriyeti, o dönemdeki uluslararası spor organizasyonları tarafından bu şekilde dışlanmış ve bu nedenle olimpiyatlara katılamamıştır. Bu durum, savaş sonrası dönemde uluslararası ilişkilerin ve spor organizasyonlarının nasıl etkilendiğini gösterir. Bu tür dışlanmalar, ülkelerin uluslararası spor arenasındaki yerlerini ve temsillerini doğrudan etkilemiştir (Seçilmiş, 2004).

1.6. 1924 Paris Olimpiyatları

1924 Paris Olimpiyatları, Türkiye Cumhuriyeti'nin uluslararası spor organizasyonlarına katılımında önemli bir adım olarak kaydedilir. Bu olimpiyatlar için Türk sporcular, Amerika'dan atletizm, İngiltere'den futbol ve Macaristan'dan güreş antrenörleriyle hazırlık yapmış ve ilk kez bir kamp sürecine alınmışlardır. Bu, Türkiye'nin uluslararası spor arenasında daha profesyonel bir hazırlık süreci geçirdiğinin bir göstergesidir. Olimpiyatlarda Türk sporcularının yaşadığı bazı zorluklar da olmuştur. Futbol takımımız, Çekoslovakya'ya yenilmiş, güreşçi Tayyar Yıldız ise kolunu sakatlayarak tek kolla mücadele etmek zorunda kalmış ve bu nedenle rakibine az bir farkla yenilmiştir. Ayrıca, sakatlığı nedeniyle diğer maçlara katılamamıştır. Bu sonuçlar, Türk sporcularının karşılaştığı zorlukları ve uluslararası düzeydeki rekabetin ne denli zorlu olduğunu ortaya koyar. Yeni kurulmuş Türkiye Cumhuriyeti için bu olimpiyatlara katılmak büyük bir ekonomik yük getirmiştir. Bu sebeple, Mustafa Kemal Atatürk önderliğindeki Bakanlar Kurulu, Türkiye'nin olimpiyatlara katılımı için bütçeye 50.000 liralık bir ek ödenek koymuştur. Paris'e gruplar halinde giden Türk kafilesi, 12 yönetici ve antrenör ile 41 sporcu içermektedir. Sonuç olarak, sporcular önemli başarılar elde edemeseler de, 1924 Paris Olimpiyatları Türkiye Cumhuriyeti için uluslararası spor arenasında bir başlangıç noktası oluşturmuştur. Bu deneyim, Türkiye'nin spor alanındaki uluslararası varlığını güçlendirmek için atılan ilk adımlardan biri olarak değerlendirilmektedir (Üstel, 2005).

1.7. 1928 Amsterdam Olimpiyatları

Türkiye Cumhuriyeti'nin uluslararası spor arenasında ilk önemli adımlarından biri olarak kaydedilmiştir. Burhan Felek başkanlığındaki Türkiye kafilesi, toplamda sekiz yönetici ve antrenör ile kırk sporcudan oluşuyordu. Türkiye, bu olimpiyatlarda atletizm, bisiklet, eskrim, futbol, güreş ve halter branşlarında temsil edildi. Türk sporcuları bu olimpiyatlarda güçlü rakiplerle karşılaşarak zorlu bir mücadele vermiştir. Katıldıkları beş yarışmada, 38 sporcunun gösterdiği performans neticesinde 1 dördüncülük, 1 altıncılık, 2 yedincilik ve 1 sekizincilik dereceleri elde edilmiştir. Bu sonuçlar, Türkiye'nin uluslararası spor arenasındaki ilk önemli performanslarını yansıtır ve özellikle yeni kurulan Türkiye Cumhuriyeti'nin spor alanındaki yerini güçlendirmek adına önemli bir başarı olarak değerlendirilir (Serdaroğlu, 2002).

1.8. 1936 Berlin Olimpiyatları

1936 Berlin Olimpiyatları, Türkiye'nin uluslararası spor arenasında önemli bir dönüm noktası olmuştur. Türkiye, olimpiyatlardaki ilk madalyasını "Mersinli" lakabıyla tanınan Ahmet Kireççi'nin serbest güreşte kazandığı bronz madalya ile elde etmiştir. Ayrıca, ilk altın madalyasını 61 kiloda güreşen Yaşar Erkan kazanmıştır. Bu olimpiyatlarda Türkiye, kadın sporcularla da ilk kez temsil edilmiştir. 1936 Berlin Olimpiyatları'na yaklaşık 4.800 sporcu katılmıştır. Bu olimpiyatlar, büyük bir uluslararası katılımın ve önemli tarihi olayların yaşandığı bir etkinlik olarak bilinir. Berlin Olimpiyatları sonrası, spor alanında daha disiplinli bir yaklaşım benimsenmiştir. Devletin spor işlerini yönetme kararı ve 1938 yılında çıkarılan Beden Terbiyesi Kanunu, sporu ülkenin dört bir yanına yayma ve uluslararası arenada tanıtma amacı taşımıştır. Türk Spor Kurumu'nun ardından Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü'nün kurulması, sporda devletin tek yetkili kurum haline gelmesini sağlamıştır (Güngör, 2009).

Mustafa Kemal Atatürk, Yaşar Erkan'ı Berlin'de telgrafla kutlayarak, "Kendin küçüksün, ama memleket için çok büyük bir iş yaptın. Sen çok yaşa, Yaşar!" ifadesini kullanmıştır. Bu olimpiyatlar, Türk sporcularının şeref kürsüsüne çıkarak milli marşımızı çaldırdıkları ilk etkinlik olarak tarihe geçmiştir. Bu başarı, Türkiye'nin spor alanındaki uluslararası tanınırlığını artırmış ve devlet destekli organizasyonların önemini vurgulamıştır (Üstel, 2005).

1.9. 1948 Londra Olimpiyatları

1948 Londra Olimpiyatları'na toplamda 4.104 sporcu katılmıştır. Bu Olimpiyatlar, II. Dünya Savaşı'nın ardından düzenlenen ilk olimpiyat olarak büyük bir önem taşımaktadır. 1948 Londra Olimpiyatları, Türkiye için büyük bir başarı dönemi olmuştur. Türk sporcular, serbest ve grekoromen güreşte toplamda 6 altın, 4 gümüş ve 1 bronz madalya kazanarak, madalya tablosunda 7. sırada yer almışlardır. Atletizmde ise Ruhi Sarıalp uzun atlamada bronz madalya kazanmıştır, bu da toplam madalya sayısını 12'ye çıkarmıştır. Bu başarılar, özellikle güreşte elde edilen madalyaların yabancı kaynaklar tarafından "umulmadık" olarak nitelendirilmesiyle dikkat çekmiştir. Türk güreşçilerinin tekniklerinin sınırlı olduğu düşünülürken bu derece yüksek performans sergilemeleri, Türkiye'nin olimpiyat tarihindeki önemli anlardan biridir ve Londra Olimpiyatları'nın Türk spor tarihi için özel bir yere sahip olduğunu gösterir (Üstel, 2005; Öz ve ark., 2019). Bu başarılar, Türkiye'nin 1948 Londra Olimpiyatları'ndaki güçlü performansını ve özellikle güreş branşındaki etkisini yansıtır.

1.10. 1952 Helsinki Olimpiyatları

1952 Helsinki Olimpiyatları, Türkiye'nin spor tarihindeki en zorlu dönemlerden birini temsil eder. 1948 Londra Olimpiyatları'ndan sonra Türkiye'nin olimpiyat performansı büyük bir düşüş yaşamıştır. Özellikle 1948 Olimpiyatları'nda madalya kazanan ve büyük başarılar elde eden güreşçiler ve atletler, maddi ödüller aldıkları için amatörlük statüsünden çıkarılmış ve bu nedenle 1952 Helsinki Olimpiyatlarına katılamamışlardır. Bu durum, Türkiye'nin olimpiyat kadrosunda önemli eksikliklere neden olmuştur. Katılamayan sporcular arasında Nasuh Aksar, Gazanfer Bilge, Halil Kaya, Yaşar Doğu ve Ruhi Sarıalp gibi isimler bulunuyordu. 1952 Helsinki Olimpiyatları'na Türkiye, toplamda 80 kişilik bir katile ile katılmıştır. Bu katile, 13 yönetici, 4 antrenör, 3 hakem, 13 atlet, 18 güreşçi, 17 futbolcu ve 12

basketbolcudan oluşuyordu. Hasan Gemici ve Bayram Şit serbest güreşte olimpiyat şampiyonu olarak Türkiye'ye altın madalya, Adil Atan bronz madalya kazandırmıştır. .

1952 Helsinki Olimpiyatları'nda Türkiye'nin kazandığı madalyalar şu şekildedir:

- Altın Madalya: Hasan Gemici – Güreş, Bayram Şit – Güreş

- Bronz Madalya: Adil Atan – Güreş,

Bu başarılar, Türkiye'nin Helsinki Olimpiyatlarında olimpiyat tarihinde önemli bir başarı yakaladığını gösterir ve güreş branşındaki güçlü performansını ortaya koymaktadır (Üstel, 2005).

1.11. 1956 Melbourne Olimpiyatları

1956 Melbourne Olimpiyatları, kış aylarına denk gelmesi ve coğrafi uzaklığı nedeniyle Türkiye'nin olimpiyatlara katılımını sınırlı hale getirmiştir. Türkiye, bu olimpiyatlara sadece 27 kişilik bir sporcu kafilesi ile katılmış ve yalnızca güreş branşında yarışmıştır. 1956 Melbourne Olimpiyatları'na toplamda 665 sporcu katılmıştır. Bu olimpiyatlar, özellikle coğrafi uzaklık ve dönem koşulları nedeniyle bazı ülkelerin katılımını kısıtlamış ve dolayısıyla katılımcı sayısı da nispeten düşük olmuştur. Türk güreşçileri, Melbourne Olimpiyatlarında büyük bir başarı elde etmiş ve toplamda 7 madalya kazanmıştır. Bu madalyalar şu şekilde dağılmıştır:

- Altın Madalya: 3

- Gümüş Madalya: 2

- Bronz Madalya: 2

Bu sonuçlar, Türkiye'nin güreş branşındaki güçlü performansını ve uluslararası spor arenasındaki etkisini göstermektedir.

1956 Melbourne Olimpiyatları'nda Türkiye'nin kazandığı madalyalar şu şekildedir:

- Altın Madalya: Mithat Bayrak – Güreş, Mustafa Dağıstanlı – Güreş, Hamit Kaplan – Güreş,

- Gümüş Madalya: Rıza Doğan – Güreş, İbrahim Zengin - Güreş

- Bronz Madalya: Dursun Ali Eğribaş - Güreş, Hüseyin Akbaş - Güreş

Türk güreşçileri, bu olimpiyatlarda toplamda 7 madalya kazanmış ve Türkiye'nin uluslararası spor arenasındaki başarısını devam ettirmiştir (Seçilmiş, 2004).

1.12. 1960 Roma Olimpiyatları

1960 Roma Olimpiyatları, Türkiye'nin spor tarihinde önemli bir yer edinmiş ve "minderde Türk fırtınası" olarak anılmıştır. Türkiye, bu olimpiyatlarda toplamda 7 altın madalya kazanarak büyük bir başarı elde etmiştir. Olimpiyatlara Türkiye, 55 sporcudan oluşan bir kafileyle katılmıştır; bu sayı, Türkiye'nin olimpiyat tarihinde en kalabalık katılımlardan biri olarak öne çıkmıştır. Ancak, bu başarının ardından güreşin önderliğinde Türk sporunda önemli bir duraklama dönemi yaşanmıştır. Ayrıca, 27 Mayıs 1960 darbesi dönemi Türkiye'nin zorlu günlerinden biri olarak sporun sosyal bağlamını da etkilemiştir.

1960 Roma Olimpiyatları'nda Türkiye'nin kazandığı madalyalar ve sporcular şunlardır:

- Altın Madalya: Ahmet Bilek, Hasan Güngör, İsmet Atlı, Mithat Bayrak, Mustafa Dağıstanlı, Müzahir Sille, Tevfik Kış – Güreş

- Gümüş Madalya: İsmail Ogan – Güreş, Hamit Kaplan - Güreş

Bu sonuçlar, Türkiye'nin güreş branşındaki güçlü performansını ve Roma Olimpiyatlarındaki olağanüstü başarısını ortaya koymaktadır. Olimpiyatlar, Türk sporunun uluslararası alandaki en parlak dönemlerinden biri olarak kabul edilir.

2.13. 1964 Tokyo Olimpiyatları

1964 Tokyo Olimpiyatlarına Türkiye, coğrafi uzaklık ve diğer lojistik nedenlerden dolayı toplam 41 kişilik bir katile ile katılmıştır. Bu katile, 25 sporcu ve çeşitli yöneticilerden oluşuyordu. Türkiye, bu olimpiyatlarda atletizm, halter, güreş ve yelken branşlarında yarışmalara katıldı. Türk sporcuları, Tokyo Olimpiyatları'nda toplamda 6 madalya kazandılar:

- Altın Madalya: 2 - Gümüş Madalya: 3 - Bronz Madalya: 1

Bu sonuçlar, Türkiye'nin olimpiyatlardaki başarılı performansını ve dört spor dalındaki etkinliğini göstermektedir.

1964 Tokyo Olimpiyatları'nda Türkiye'nin kazandığı madalyalar ve sporcular şunlardır:

- Altın Madalya: İsmail Ogan – Güreş, Kazım Ayvaz – Güreş
- Gümüş Madalya: Ahmet Ayık – Güreş, Hasan Güngör- Güreş, Hüseyin Akbaş - Güreş
- Bronz Madalya: Hamit Kaplan - Güreş

Bu başarılar, Türkiye'nin Tokyo Olimpiyatları'nda güreş branşında elde ettiği güçlü performansı ve uluslararası spor arenasındaki etkisini vurgulamaktadır.

2.14. 1968 Mexico City Olimpiyatları

1968 Meksika Olimpiyatları'nda Türkiye, dört spor dalında yarışmıştır: atıcılık, atletizm, boks ve güreş. Meksika'ya giden Türk kafilesi 3 atıcı, 4 atlet, 6 boksör, 20 güreşçiden oluşmuştur.

Türkiye, bu olimpiyatlarda sadece güreş branşında başarı elde edebilmiştir. Türkiye'nin tek başarısı, serbest güreşte kazandığı 2 altın madalya olmuştur.

1968 Meksika Olimpiyatları'nda Türkiye'nin kazandığı madalyalar ve sporcular şunlardır:

- Altın Madalya: Ahmet Ayık – Güreş, Mahmut Atalay – Güreş

Bu sonuçlar, Türkiye'nin Meksika Olimpiyatları'ndaki güreş branşındaki güçlü performansını ve uluslararası spor arenasındaki başarısını yansıtır.

2.15. 1972 Münih Olimpiyatları

1972 Münih Olimpiyatları'nda Türkiye, geniş bir katile ile katılmıştır. Bu olimpiyatlarda Türkiye'nin güreş branşında elde ettiği sonuçlar şunlardır:

- Gümüş Madalya: Vehbi Akdağ – Güreş

Bu sonuç, Türkiye'nin güreş branşındaki performansını ve uluslararası spor arenasındaki etkisini gösterir.

2.16. 1984 Los Angeles Olimpiyatları

1984 Los Angeles Olimpiyatları, Türkiye'nin bu kadar uzak bir olimpiyata katıldığı ilk deneyimlerinden biri olmuştur ve oldukça geniş bir kafiye ile temsil edilmiştir. Türkiye, bu olimpiyatlarda Atletizm, Atıcılık, Boks, Judo, Okçuluk, Halter, Güreş, Yelken ve Yüzme branşlarında yarışmıştır.

Bu olimpiyatlarda Türkiye, güreş dışında da önemli başarılar elde etmiştir. Özellikle, boksta iki bronz madalya kazanılmıştır. Ayrıca, 1948 Londra Olimpiyatları'ndan sonra ilk kez güreş dışındaki bir spor dalında madalya kazanılması, Türk spor tarihinde önemli bir dönüm noktası olarak kabul edilmiştir.

Ruhi Sarıalp, 1948 Olimpiyatlarında 3 adım atlamada 3. olmasının ardından 1984 Olimpiyatlarında madalya kazanarak 36 yıl süren "yalnızlık" döneminden kurtulmuş ve bu başarıyı büyük bir sevinçle karşılamıştır. Bu durum, Türkiye'nin olimpiyatlarda çeşitli spor dallarında elde ettiği başarıların bir göstergesidir.

- Bronz Madalya: Ayhan Taşkın – Güreş, Eyüp Can – Boks, Turgut Aykaç – Boks

2.17. 1988 Seul Olimpiyatları

1988 Seul Olimpiyatları, Türkiye için tarihi bir dönüm noktası olmuştur. Özellikle Naim Süleymanoğlu'nun performansı, Türk sporunun uluslararası arenada elde ettiği en büyük başarılarından biri olarak öne çıkmıştır.

Naim Süleymanoğlu, 60 kiloda yarışarak büyük bir başarı elde etmiştir.

- Altın Madalya: Naim Süleymanoğlu, 60 kiloda halterde altın madalya kazanarak, Türkiye'ye güreş dışındaki ilk olimpiyat altın madalyasını kazandırmıştır.

- Gümüş Madalya: Necmi Gençalp – Güreş (82 kg)

Süleymanoğlu'nun başarısı, sadece olimpiyatlarda değil, dünya genelinde de büyük yankı uyandırmıştır. Ardışık olarak 6 dünya ve 9 olimpiyat rekoru kırmış ve kendi ağırlığının 3 katından fazlasını kaldırarak spor tarihine adını altın harflerle yazdırmıştır. Bu başarı, Türk sporunun uluslararası alandaki prestijini büyük ölçüde artırmış ve ülkenin spor tarihinde önemli bir kilometre taşı olmuştur.

2.18. 1992 Barcelona Olimpiyatları

1992 Barselona Olimpiyatları, Türkiye'nin spor tarihinde önemli bir dönüm noktası olmuştur. Bu olimpiyatlarda Türkiye, geniş bir kafiye ile temsil edilmiştir ve birkaç önemli başarı elde edilmiştir:

- Naim Süleymanoğlu, Barselona ve 1996 Atlanta Olimpiyatlarında başarılı performansını sürdürmüş ve tarihî bir başarıya imza atmıştır. Süleymanoğlu, 3 olimpiyatta üst üste altın madalya kazanan ilk halterci olarak kayıtlara geçmiştir.

- Türkiye, 28 yıl aradan sonra ilk kez 6 madalya kazanarak büyük bir başarıya imza atmıştır. Bu başarı, Türk sporunun uluslararası arenadaki yerini güçlendirmiştir.

- Altın Madalya: Naim Süleymanoğlu – Halter (60 kg), Mehmet Akif Pirim – Güreş (62 kg)

- Gümüş Madalya: Hakkı Başar – Güreş (90 kg), Kenan Şimşek - Güreş (90 kg)

- Bronz Madalya: Ali Kayalı – Güreş (100 kg), Hülya Şenyurt – Judo (48 kg)

- Ayrıca, Barselona Olimpiyatları'nda ilk kez Türk kadın sporcuları şeref kürsüsünde yer alarak önemli bir dönüm noktasına imza atmıştır. Bu durum, Türkiye'nin kadın sporcularının uluslararası alanda tanınması ve sporun çeşitli branşlarında elde edilen başarıları temsil etmesi açısından önemli bir gelişme olarak değerlendirilmiştir.

2.19. 1996 Atlanta Olimpiyatları

1996 Atlanta Olimpiyatları, Türk spor tarihinde önemli başarılarla anılmıştır. Halil Mutlu, bu olimpiyatlarda ve sonraki yıllarda önemli bir başarı serisi yakalamıştır:

- Atlanta Olimpiyatları, çeşitli şanssızlıklara rağmen Türk sporcuları için başarılı bir olimpiyat olarak değerlendirilmiştir:

- Türkiye, toplamda 4 altın, 1 gümüş ve 1 bronz madalya kazanmıştır. Bu madalyalar, Türkiye'nin olimpiyatlardaki performansını ve uluslararası alandaki etkisini artırmıştır.

Altın Madalya: Halil Mutlu – Halter (54 kg), Hamza Yerlikaya – Güreş (82 kg), Mahmut Demir – Güreş (130 kg), Naim Süleymanoğlu – Halter (64 kg)

Gümüş Madalya: Malik Beyleroğlu – Boks (75 kg)

Bronz Madalya: Mehmet Akif Pirim – Güreş (62 kg)

Ancak, bazı şanssızlıklar ve hatalar sonucu, en az 3 altın madalya ve toplamda 5-6 madalyanın gözden kaçtığı, kaybedildiği (Serdaroğlu, 2002) görülmüştür. Bu durum, başarılı performansa rağmen potansiyel olarak daha büyük bir başarıya ulaşma fırsatının kaçırıldığını göstermektedir.

2.20. 2000 Sidney Olimpiyatları

2000 Sydney Olimpiyatları'nda Türkiye'nin doping kontrolü yapılmadan giren tek ülke olduğu iddiası, olimpiyat tarihindeki önemli bir noktayı işaret eder. Türkiye'nin bu olimpiyatlardaki başarıları ve kazanılan madalyalar şu şekildedir:

- Altın Madalya: Halil Mutlu - Halter (62 kg), Hamza Yerlikaya - Güreş (85 kg), Hüseyin Özkan – Judo (66 kg)

- Bronz Madalya: Adem Bereket - Güreş (76 kg), Hamide Tosun – Taekwondo (57 kg)

Taekwondo, 2000 Sydney Olimpiyatları'nda gösteri sporu olarak yer aldığından, bronz madalya kazanan Serkan Yılmaz'ın başarısı, genel madalya tablosunda dört madalya olarak hesaplanmıştır. Bu durum, toplamda üç altın ve iki bronz madalya elde edilmesine rağmen, Taekwondo'nun gösteri sporu olarak değerlendirilmesi nedeniyle resmi genel klasmanda dört madalya olarak kabul edilmiştir.

2.21. 2004 Atina Olimpiyatları:

2004 Atina Olimpiyatları, Türkiye için büyük umutlar ve coşku ile hazırlanan bir olimpiyat olmuştur. Ancak, birkaç önemli skandal ve zorluk bu olimpiyatların gölgede kalan yönleri arasında yer almıştır:

1. Süreyya Ayhan Skandalı: Süreyya Ayhan'ın eşi ve antrenörü olan Yücel Kop, doping kontrolü için gelen WADA yetkilileri ile tartışmış ve Ayhan'ın idrar örneği vermesini engellemiştir. Bu olay, Ayhan'ın olimpiyatlara katılımını etkiledi ve ardından kasığındaki eski sakatlığın nüksettiği duyurulmuştur, bu nedenle Ayhan olimpiyatlara katılamamıştır.

2. Şule Şahbaz'ın Doping Skandalı: Türk kadın halterci Şule Şahbaz, doping skandalına karışmış ve olimpiyatlardan men edilmiştir. Şule Şahbaz, olimpiyat tarihinde doping yaptığı tespit edilen ilk Türk sporcu olmuştur.

3. Türkiye'nin Madalya Kazanımları: Türkiye, 10 spor dalında 66 sporcu ile yer almış ve toplamda 3 altın, 3 gümüş ve 4 bronz madalya kazanmıştır. Bu toplam madalya sayısı, olimpiyatların genel başarısı açısından dikkate değer olmakla birlikte, Türkiye'nin nüfusu ile orantılı olarak geri sayılabilecek bir sonuç olarak değerlendirilmiştir.

Bu olimpiyatlar, Türk sporunun uluslararası düzeydeki durumunu ve karşılaşılan zorlukları gözler önüne sererken, aynı zamanda çeşitli spor dallarında elde edilen başarılarla da dikkat çekmiştir. 2004 Atina Olimpiyatlarında kazanılan madalyalar:

- Altın Madalya: Halil Mutlu – Halter, Nurcan Taylan – Halter, Taner Sağır - Halter
- Gümüş Madalya: Şeref Eroğlu - Güreş (Grekoromen) – Eşref Apak – Atletizm (Çekiç), Bahri Tanrikulu – Taekwondo, Atagün Yalçinkaya - Boks
- Bronz Madalya: Aydın Polatçı – Güreş, Mehmet Özal – Güreş, Reyhan Arabacıoğlu - Halter, Sedat Artuç – Halter

Halil Mutlu, 1996, 2000 ve 2004 Olimpiyatlarında üst üste 3 altın madalya kazanarak, Naim Süleymanoğlu'nun rekorunu egale etmiştir.

2.22. 2008 Pekin (Beijing) Olimpiyatları

2008 Pekin Olimpiyatları'na 12 spor dalında ve 68 sporcu ile katılım sağlanmıştır. Kazanılan madalyalar.

Altın Madalya: Ramazan Şahin – Güreş

Gümüş Madalya: Azize Tanrikulu – Taekwondo

Bronz Madalya: Yakup Kılıç – Boks, Nazmi Avluca – Güreş, Servet Tazegül – Taekwondo,

Bu olimpiyatlarda, Türkiye'nin madalya hedefleri ve sporun uluslararası alandaki yeri üzerine yapılan stratejiler, ülkenin spor tarihindeki önemli anlardan biri olarak kaydedilmiştir.

2.23. 2012 Londra Olimpiyatları

2012 Londra Olimpiyatları, Türkiye için madalya sayısı açısından sönük geçmiştir. Türkiye'nin olimpiyat tarihindeki bu olimpiyata dair detaylar şu şekildedir:

Katılımcı Sporcu Sayısı: 114 sporcu (7 spor dalında) ve Spor Dalları: Atletizm, yüzme, güreş, judo, halter, tekvando, okçuluk şeklindedir.

Türkiye'nin Elde Ettiği Madalyalar:

- Altın Madalya: Servet Tazegül – Taekwondo,
- Gümüş Madalya: Nur Tatar - Taekwondo,

- Bronz Madalya: Rıza Kayaalp - Güreş

2.24. 2016 Rio Olimpiyatları

2016 Rio Olimpiyatları, Türkiye için karmaşık bir deneyim oldu. Olimpiyatlarda elde edilen başarılar ve yaşanan sorunlar şöyle özetlenebilir:

Katılımcı Sporcu Sayısı: 103 sporcu (21 spor dalında) ve Spor Dalları: Atletizm, atıcılık, binicilik, yüzme, güreş, judo, halter, tekvando, okçuluk, basketbol, boks, bisiklet, cımnastik, eskrim, masa tenisi, voleybol, judo, kano şeklindedir. Türkiye'nin Elde Ettiği Madalyalar:

- Altın Madalya: Taha Akgül - Güreş (Serbest stil, 125 kg)

- Gümüş Madalya: Rıza Kayaalp - Güreş (Grekoromen stil, 130 kg), Selim Yaşar – Güreş (86 kg), Daniyar İsmayilov – Halter (69 kg)

- Bronz Madalya: Yasmani Copello Escobar - Atletizm, Nur Tatar – Teakwondo (67 kg), Cenk İldem – Güreş (Grekoromen 98 kg), Soner Demirtaş – Güreş (74 kg).

Türkiye, Rio Olimpiyatları'nda güreş branşında başarılar elde etti. Türk güreşinin gücü tekrar pekiştirildi. Güreş, Türk sporunun en başarılı olduğu branş olmaya devam etti. Halter ve Tekvando da çeşitli başarılar elde edildi, ancak bu branşlarda çok sayıda madalya kazanılamadı.

2016 Rio Olimpiyatları, Türkiye için karmaşık bir deneyim oldu. Güreş ve halterde elde edilen başarılar, Türkiye'nin bu branşlarda ne kadar güçlü olduğunu gösterdi. Ancak, genel olarak diğer branşlarda büyük bir başarı elde edilememesi ve bazı sporcuların beklenen performansı sergileyememesi, ülke başarısını etkiledi.

2.25. 2020 Tokyo Olimpiyatları

2020 Tokyo Olimpiyatları, pandemi nedeniyle 2021'de gerçekleştirildi ve Türkiye için çeşitli başarılarla dolu bir Olimpiyat oldu. Türkiye'nin Tokyo'daki performansı genel olarak iyiydi ve ülke bazı önemli madalyalar kazandı. 11420 sporcunun katıldığı organizasyona Türkiye 108 sporcu ile katıldı. Katılım sağlanan branşlar Atletizm, artistik jimnastik, yüzme, güreş, judo, halter, tekvando, okçuluk, basketbol, boks, bisiklet, eskrim, masa tenisi, voleybol, triatlon, badminton, kayaklı koşu şeklindedir. Türkiye'nin elde ettiği madalyalar:

- Altın Madalya: Mete Gazoz – Okçuluk, Busenaz Sürmeli – Boks

- Gümüş Madalya: Eray Şamdan – Karate, Buse Naz Çakıroğlu – Boks

- Bronz Madalya: Hakan Reçber – Taekwondo, Hatice Kübra İlgün – Taekwondo, Rıza Kayaalp – Güreş, Yasemin Adar – Güreş, Ferhat Arıcan – Jimnastik, Taha Akgül – Güreş, Ali Sofuoğlu - Karate, Merve Çoban – Karate, Uğur Aktaş – Karate.

2020 Tokyo Olimpiyatları, Türkiye için genel olarak barırlı ve olumlu bir deneyim oldu. 13 ayrı branşta madalya elde edildi. Okçuluk, boks, Karate branşlarındaki başarılar ülkenin spor arenasındaki gücünü ve potansiyelini gösterdi. Diğer spor dallarında da elde edilen madalyalar, Türkiye'nin olimpiyatlarda her zamanki gibi rekabetçi olduğunu ve çeşitli branşlarda uluslararası başarılar elde edebileceğini ortaya koydu.

2.26. 2024 Paris Olimpiyatları

Olimpiyat Oyunları, antik Yunan'a kadar uzanan zengin bir tarihe dayanan, uzun zamandır uluslararası iş birliğinin ve atletik mükemmelliğin sembolü olmuştur. Dünya 2024 Paris Olimpiyatları'nı heyecanla beklerken, Olimpiyat hareketinin başlangıcından günümüze kadar olan yolculuğunu düşünmek önemlidir. 2024 etkinliğinin önemi, salt rekabetin ötesine uzanır; dünya çapında yankı bulan kültürel, ekonomik ve sosyal boyutları kapsar. 2024 Paris Olimpiyatları'na giden yol, titiz planlama ve uygulama gerektiren kapsamlı hazırlıklar ve zorlu zorluklarla işaretlenmiştir. En kritik yönlerden biri altyapı geliştirmeleri ve mekan inşasını içerir. Paris, son teknoloji bir su merkezi inşa etmek ve mevcut mekanları Olimpiyat standartlarını karşılayacak şekilde yenilemek de dahil olmak üzere yeni spor tesislerine büyük yatırımlar yapmıştır. Ayrıca şehir, metro sistemini genişletmek ve önemli yerlere erişimi iyileştirmek gibi uluslararası sporcu ve ziyaretçi akınına uyum sağlamak için ulaşım ağlarını geliştiriyor. 2024 Paris Olimpiyatları, tarih, kültürel önem ve modern zorlukların benzersiz bir birleşimini temsil ediyor. Sonuç olarak, 2024 Paris Olimpiyatları atletizm ve birliğin kutlanması, dünyayı büyüleme ve gelecek nesillere kalıcı bir miras bırakma vaadinde bulunmuştur. Olimpiyatlara katılan 10500 sporcunun 101'ini Türk sporcular oluşturmuştur. 2024 Paris Olimpiyatları, çeşitli spor dallarında yarışmalar içeren ve Olimpiyat programına dahil olan klasik ve bazı yeni sporları kapsamıştır. 2024 Paris Olimpiyatları'nda sporcular Atletizm, Yüzme, Jimnastik (Sanat ve Ritmik), Basketbol, Futbol, Voleybol (Sahilde ve Salon), Tenis, Judo, Güreş, Yelken, Boks, Bisiklet (Yol, Dağ, Pist), Kano ve Kürek, Okçuluk, Halter, Eskrim, Yüzme, Taekwondo, Hokey, Tüm Savaş Sporları (Karaté, Jiu-Jitsu gibi), Modern Pentatlon, Triatlon, Kayaklı Koşu, Kayaklı Kros, Kürek, Buz Pateni branşlarında yarışmışlardır. Türkiye 47'si kadın 54'ü erkek toplam 101 sporcuyla katılım göstermiştir. Son dönemde ülkemizin katıldığı olimpiyatlar göz önüne alındığında sporcularımızın birçoğu başarısız olmuşlardır. 2024 Paris olimpiyatlarında ülke olarak sporcularımız 40 yıl sonra altın madalya kazanamamıştır. Türkiye'nin elde ettiği madalyalar:

- Gümüş Madalya: Buse Naz Çakıroğlu – Boks (50 kg), Hatice Akbaş Boks (54 kg), Yusuf Dikeç - Şevval İlayda Tarhan (Atıcılık)

- Bronz Madalya: Taha Akgül - Güreş (125 kg), Buse Tosun Çavuşoğlu (Güreş – 68), Esra Yıldız Kahraman - Boks (57 kg), Nafia Kuş - Taekwondo (67+ kg), Mete Gazoz, Ulaş Berkim Tümer, Abdullah Yıldırım - Okçuluk

2024 Paris Olimpiyatları, Türkiye için başarısızlıkla sonuçlanmış bir olimpiyat olduğu söylenebilir. 36 yıl sonra grekoromen güreşte madalya kazanılamamıştır. Elbette kazanılan madalyalar önemlidir. Atıcılık branşında gümüş madalya kazanılması büyük öneme sahiptir. Ancak birçok açıdan değerlendirildiğinde, diğer ülkelerle kıyaslandığında ülkemiz açısından birçok açıdan başarısız bir olimpiyattır.

SONUÇ

Türkiye'nin Olimpiyat tarihindeki yeri, ülkenin spor politikalarının, yatırımlarının ve uluslararası düzeydeki başarısının bir yansımasıdır. Bu çalışmada ele alınan tarihsel veriler ve analizler, Türkiye'nin Olimpiyat oyunlarındaki performansını kapsamlı bir şekilde değerlendirmiştir. Bu değerlendirmelerden elde edilen ana sonuçları şöyle özetleyebiliriz.

Tarihi başarılar ve madalyalar bağlamında Türkiye, Olimpiyat oyunlarına ilk katılımından bu yana çeşitli spor dallarında önemli başarılar elde etmiştir. Güreş ve halter gibi bireysel spor dallarında, özellikle 1948 Londra Olimpiyatları ve 1960 Roma Olimpiyatları gibi oyunlarda kazanılan madalyalar, ülkenin uluslararası spor sahnesindeki güçlü konumunu ortaya koymuştur. 2008 Pekin Olimpiyatları'nda Hamza Yerlikaya'nın kazandığı altın madalya, Türkiye'nin Olimpiyat tarihinde önemli bir dönüm noktasıdır.

Spor dalları ve performans bağlamında, Türkiye'nin Olimpiyat oyunlarındaki başarısı, çoğunlukla güreş, halter, atletizm ve yüzme gibi spor dallarına dayanmaktadır. Son yıllarda, basketbol ve voleybol gibi takım sporlarına da yönelim artmış, bu dallarda uluslararası alanda daha fazla temsil sağlanmıştır. Yeni spor dallarının Olimpiyat programına dahil edilmesi ve Atıcılık, Okçuluk gibi branşlarda madalya elde edilmesi, Türkiye'nin rekabet edebilirliğini artırma potansiyelini beraberinde getirmektedir.

Yatırımlar ve altyapı gelişmeleri bağlamında, Türkiye'nin spor altyapısına yaptığı yatırımlar ve sporcu gelişim programları, uluslararası başarıyı destekleyecek önemli unsurlardır. Sporcuların uluslararası standartlarda eğitilmesi, antrenörlerin ve destek ekiplerinin kalitesi, başarıların sürekliliğini sağlamak için kritik rol oynamaktadır. Son yıllarda yapılan yatırımlar ve spor tesislerinin modernizasyonu, Türkiye'nin Olimpiyatlardaki performansını artırmaya yönelik önemli adımlardır.

Genç Sporcular ve Gelecek Beklentileri bağlamında genç sporcuların desteklenmesi ve çeşitli spor dallarındaki yeteneklerin teşvik edilmesi, Türkiye'nin Olimpiyatlarda gelecekteki başarısını şekillendirecektir. Eğitim ve yarışma fırsatlarının artırılması, genç sporcuların uluslararası düzeyde rekabet edebilme yeteneğini geliştirecek ve ülkenin genel Olimpiyat performansını olumlu yönde etkileyecektir.

Uluslararası spor yönetimi ve stratejiler bağlamında, Türkiye'nin Olimpiyat Komitesi ve spor federasyonlarının geliştirdiği stratejiler, sporcuların uluslararası yarışmalarda daha iyi performans sergilemesini sağlamak için büyük önem taşımaktadır. Uluslararası düzeydeki yarışmalara hazırlık süreçlerinin iyileştirilmesi, sporcuların psikolojik ve fiziksel hazırlıklarının desteklenmesi, başarıyı artıracak temel faktörlerdir.

Sonuç olarak, Türkiye'nin Olimpiyatlardaki yeri, tarihsel başarılar, spor dallarındaki performans ve altyapı gelişmeleri ile şekillenmiştir. Ülkemizin en başarılı olduğu olimpiyat 13 madalya ile 2020 Tokyo Olimpiyat oyunları olmuştur. Gelecek Olimpiyat oyunlarında da başarılı bir performans sergileyebilmek için spor yatırımlarının artırılması, genç yeteneklerin desteklenmesi ve uluslararası standartlarda hazırlık süreçlerinin güçlendirilmesi gerekmektedir. Türkiye'nin spor politikaları ve stratejileri, uluslararası arenada daha fazla başarı elde etmek ve Olimpiyat oyunlarında daha güçlü bir temsil sağlamak için önemli bir rol oynamaktadır.

KAYNAKÇA

- Ak, D. (2012). *Türkiye’de olimpiyatların kentsel dönüşüme etkileri*. Yüksek Lisans Tezi. Kamu Yönetimi Anabilim Dalı, Karadeniz Teknik üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aksen Cengizhan, P. (2021). Sağır Olimpiyatları: 1871'den günümüze Türkiye'de ve Dünyadaki tarihsel perspektif: Geleneksel derleme. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Ethics-Law&History*, 29(2).
- Efdal, A. S. (2016). İktidar-spor kurumları ilişkileri bağlamında iki dünya savaşı arasında Türkiye Cumhuriyeti’nin katıldığı olimpiyatlar (1924 Paris, 1928 Amsterdam, 1936 Berlin). *Yıl*, 12, 156-204.
- Güngör, B. (2009). *Berlin Olimpiyatları ekseninde basında Türk sporu (1936- 1938)*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Türk İnkılâp Tarihi Enstitüsü.
- Koryürek, C. E. (2003), *Olimpiyatlar*, İstanbul: Stil Matbaacılık.
- Öz, H., Aka, Ü. S. T., & Bayraktar, G. (2019). Modern Olimpiyat oyunlarında Türkiye'nin güreşte elde ettiği sonuçların incelenmesi 9. *TURAN: Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 11(41), 35-46.
- Özdemir, N. (2013). Türkiye Cumhuriyeti’nin katıldığı ilk uluslararası organizasyon: 1924 Paris Olimpiyatları. *Atatürk Yolu Dergisi*, 13(51), 717-744.
- Seçilmiş, K. (2004). *Antik zamandan günümüze Olimpiyat oyunları*, İstanbul: İlpress Basım ve Yayın San. ve Tic. Ltd. Şti.
- Serdaroğlu, M. S. (2002), *Olimpiyat tarihi ve Türkiye’nin Olimpiyatlardaki durumu*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- TMOK (2024). <https://olimpiyat.org.tr/> Erişim Tarihi: 23.11.2024.
- Üstel, L. C. (2005). *1894’ten 2004’e Olimpiyat tarihi*, İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yüksel, A. U., & Ekmekçi, Y. A. D. (2024). Olimpiyatlarda yer alan mücadele sporları ile ilgili türkiye’de yapılmış bilimsel çalışmaların analizi: Bir sistematik derleme. *Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 69-84.

DİJİTAL EĞİTSEL OYUNLARIN YETENEK GELİŞİMİ VE YARATICI DÜŞÜNMEYE ETKİSİ

Emine TAYAN

MEB, Yakutiye Bilim ve Sanat Merkezi, Erzurum

ORCID: 0000-0002-4981-6110

eminetayan@gmail.com.tr

Ahmet Gökhan YAZICI

Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

ORCID: 0000-0001-7069-304X

agokhan.yazici@atauni.edu.tr

GİRİŞ

Dijital teknolojiler, modern eğitimde giderek daha önemli bir yer edinmiştir. Eğitim teknolojileri, günlük bireyselleştirilmiş öğrenme yolları sunarak hem akademik hem de stratejik gelişmeler üzerinde güçlü bir etki yaratmaktadır. Bu bağlamda, dijital yöntemlerin; öğrenme süreçlerini şekillendirme, matematiksel bağlantıları kurma ve yaratıcı düşünmeyi teşvik etme potansiyeli üzerine yapılan araştırmalar, eğitimdeki rolünü daha iyi anlamamıza yardımcı olmaktadır (Laurillard, 2012). Dijital teknolojilerin gelişmesiyle birlikte eğitim alanında yenilikçi uygulamalar da yaygınlaşmıştır. Özellikle matematik gibi analitik düşünme gerektiren derslerde kullanılan mobil ve web uygulamaları, öğrencilerin performansını destekleme potansiyeline sahiptir (Mayer, 2005).

Bu gelişmelerle birlikte eğitim alanında büyük bir dönüşüm yaşanmaktadır. Eğitimde dijital araçların kullanımı, geleneksel öğretim yöntemlerinin ötesine geçerek öğrencilere daha etkileşimli ve özelleştirilmiş öğrenme fırsatları sunmaktadır (Laurillard, 2012). Özellikle matematik gibi analitik düşünme ve problem çözme becerilerinin ön planda olduğu derslerde, dijital uygulamalar önemli bir rol oynamaktadır. Bu tür uygulamalar, öğrencilere çeşitli deneyimler sunarak akademik başarılarını artırmayı hedeflemektedir. Mobil ve web tabanlı dijital uygulamalar, öğrencilerin bu derslerde daha etkili öğrenmelerine ve karmaşık problemleri çözmede yetkinlik kazanmalarına olanak tanımaktadır (Mayer, 2019).

Eğitimde dijital teknolojilerin etkilerini inceleyen birçok çalışma bulunmaktadır. Hattie (2009) tarafından yapılan araştırmalar da dijital uygulamaların öğrencilerin akademik başarılarını önemli ölçüde artırabileceğini ortaya koymuştur. Aynı çalışma, teknoloji destekli öğretimin öğrenme üzerinde çok güçlü bir etkisi olduğunu, çünkü dijital araçların öğrencilere daha hızlı geri bildirim sunduğunu ve öğrencilerin öğrenme süreçlerine daha fazla katılım sağladığını göstermiştir. Bunların yanı sıra çalışmada dijital teknolojilerin öğrenme üzerindeki

güçlü etkisi vurgulanarak öğrencilere anında geri bildirim sağlanmasının, öğrenme sürecini önemli ölçüde iyileştirdiği ifade edilmiştir. Ayrıca, dijital öğrenme ortamları, öğrencilerin daha derinlemesine öğrenmelerini destekleyerek, bilgiyi anlamlandırmalarına yardımcı olmaktadır (Mayer, 2019).

Clark ve Mayer (2016), e-öğrenme ortamlarının öğrencilerin öğrenme sürecine olan katkısını incelemiş ve öğrenme performansını arttırdığını ortaya koymuştur. Mayer (2005) tarafından yapılan çalışmada **multimedya öğrenme ilkelerine** dayalı çoklu duyuşsal bilgi işleme süreçlerinin (görsel ve işitsel) öğrencilerin öğrenme performansını artırdığı ve dijital araçların bu süreçleri desteklemede etkili olduğu ortaya konmuştur. Dijital araçların, özellikle multimedya içeriği ile desteklenen öğrenme ortamları sunduğunda öğrencilerin bilgiyi daha etkili bir şekilde işledikleri gözlemlenmiştir.

Dijital uygulamalar, öğrencilere sadece akademik başarı kazandırmakla kalmamakta, aynı zamanda onların yaratıcı düşünme ve analitik becerilerini geliştirme konusunda da büyük bir rol oynadığı söylenebilir. Runco (2010), yaratıcı düşünmeyi, bireylerin yeni fikirler üretme ve bu fikirleri çözüm önerilerine dönüştürme yeteneği olarak tanımlamaktadır. Bu tür beceriler, özellikle matematiksel problem çözme süreçlerinde kritik bir rol oynamaktadır. Yaratıcı düşünme becerilerinin dijital ortamlarla desteklenmesi, öğrencilerin problem çözme yaklaşımlarını zenginleştirebilir ve özgün çözüm önerileri geliştirmelerine yardımcı olabilir (Sternberg ve Lubart, 1999). Ayrıca, dijital teknolojiler öğrencilerin kendi öğrenme süreçlerini kontrol etmelerini ve öğrenme hedeflerine ulaşmak için stratejiler geliştirmelerini teşvik etmektedir (Vygotsky, 1978). Bu nedenle, dijital uygulamaların öğrencilere sunduğu olanaklar, sadece bilişsel becerilerin değil, aynı zamanda yaratıcılığın da gelişmesine olanak tanımaktadır.

Eğitimde dijital araçların kullanımı, geleneksel öğretim yöntemlerinin ötesine geçerek öğrencilerin öğrenme süreçlerini daha etkileşimli ve kişiselleştirilmiş hale getirmektedir (Clark ve Mayer, 2016). Özellikle matematik gibi soyut ve analitik düşünme gerektiren alanlarda dijital eğitsel oyun uygulamaları, öğrencilere pratik yapma ve problemi farklı açılardan ele alma imkânı sunmaktadır (Hattie, 2009). İlgili literatür taraması, dijital öğrenme aracı olarak geliştirilen bu tür uygulamaların, bilişsel yeteneğin gelişiminde önemli bir rol oynayabileceğini desteklemektedir (Mayer, 2009).

Bu noktada, dijital teknolojilerin sunduğu olanaklardan faydalanarak öğrencilerin bireysel öğrenme hızlarına göre ilerlemeleri sağlanabilir ve öğrencilerin yaratıcı düşünme becerilerini de geliştirebilir. Yaratıcı düşünme, yeni fikirler geliştirme, problem çözme ve yenilikçi yaklaşımlar üretme becerisini içerdiği için, eğitimde dijital uygulamaların bu yönde bir katkı sağlaması beklenmektedir (Runco, 2010).

Anderson ve Dill (2000), dijital teknolojilerin öğrenme süreçlerine olan etkisini daha derinlemesine incelemiş ve öğrencilerin teknolojiyi kullanarak öğrenme süreçlerini kişiselleştirebildiklerini, bu sayede daha yüksek bir akademik başarıya ulaşabildiklerini belirtmiştir. Özellikle, dijital uygulamalar öğrencilerin kendi hızlarına ve öğrenme ihtiyaçlarına göre özelleştirilebildiği için daha verimli bir öğrenme deneyimi sunmaktadır.

Mevcut literatürde yapılan araştırmalar çoğunlukla dijital uygulamaların genel öğrenme sürecine olan etkileri üzerine yoğunlaşmış ve bu araçların özellikle bilişsel yetenekler ve yaratıcı düşünme becerileri üzerindeki etkilerini sınırlı bir şekilde ele almıştır (Jonassen, 2006; Steinkuehler ve Duncan, 2008). Dijital uygulamaların öğrencilerin bilişsel gelişimlerini nasıl şekillendirdiği ve bu süreçlerin öğrencilerin yaratıcı düşünme becerileri üzerindeki etkisi, eğitim alanındaki önemli bir araştırma boşluğu oluşturmaktadır. Bu nedenle, dijital araçların öğrencilerin bireysel öğrenme hızlarına, farklı öğrenme stillerine ve bilişsel yeteneklerine uyum sağlama sürecinde seçilen ya da tasarlanan dijital eğitsel oyunlarla ilgili daha fazla araştırma yapılması gerekmektedir (Anderson ve Dill, 2000).

Bu çalışma dijital eğitsel oyun uygulamasının, öğrencilerin bireysel öğrenme hızlarına ve farklı öğrenme stillerine göre nasıl kişiselleştirilebileceğini araştırmaktadır. Bu kişiselleştirilmiş deneyimlerin öğrencilerin bilişsel gelişimlerine olan katkıları tartışılmaktadır. Dijital araçların, öğrencilerin yaratıcı düşünme becerilerini geliştirmeye nasıl yardımcı olduğu, problem çözme süreçlerinde yenilikçi çözümler üretme ve alternatif bakış açıları geliştirme gibi becerilerle nasıl ilişkilendiği de bu araştırmanın odak noktalarından biridir (Runco, 2010; Sawyer, 2013). Dijital eğitsel oyun uygulamalarının bilişsel gelişim ve yaratıcı düşünme becerileri üzerindeki etkilerini detaylı bir şekilde incelemek adına dijital araçların öğrencilerin öğrenme süreçlerini nasıl şekillendirdiği, bilişsel yükü nasıl dengelediği ve yaratıcı düşünmeyi nasıl teşvik ettiği konuları ele alınmıştır. Buradan hareketle yapılan bu çalışmada uluslararası literatüre dayanarak dijital eğitsel oyunların bilişsel yetenek gelişimine, yaratıcı düşünmeye nasıl katkı sunduğu ve uygulamalarda nelere dikkat edilmesi gerektiği hususlarına değinilmiştir. Literatüre dayanarak edinilen veriler, eğitimde dijital teknolojilerin daha etkili bir şekilde kullanılmasına yönelik stratejiler geliştirilmesine katkı sağlayabilir (Jonassen ve Land, 2012).

Dijital Eğitsel Oyun Tasarımı Belirleme Unsurları

1. Kişiselleştirilmiş Bir Öğrenme Deneyimi

Kişiselleştirilmiş bir öğrenme deneyimi oluştururken, öğrenci motivasyonu ve değişen önemli faktörlerdir. Ryan ve Deci'nin (2000) öz-belirleme yöntemine göre, öğrenmenin ayrıntılarını içsel olarak bağlı hissetmeleri, onların öğrenme motivasyonlarını arttırmaktadır. Bu bağlamda, dijital eğitsel oyun tasarımları, kendi öğrenme yollarını seçmelerine ve hislerini kazanmalarına olanak sağlayacak şekilde geliştirilmelidir. Kişiselleştirilmiş ve uyarlanabilir öğrenme modelleri, yaratıcı düşünme yeteneklerini geliştirme potansiyeline sahiptir. Özellikle, onların problem çözme süreçlerini kendi hızlarında ve kendi yöntemleriyle gerçekleştirmelerine imkan tanımaktadır (Wang & Hannafin, 2005). Bu tarz tasarımlar öğrencileri yeni fikirler üretmeye ve bu fikirleri birleştirip test etmeye teşvik edebilir (Laurillard, 2012). Ayrıca bu modeller, bağımsız bir şekilde düşünme ve kapsamlı çözümler geliştirmeyi güçlendirerek yaratıcı düşüncelerin temellerini atabilir (Sawyer, 2012). Kişiselleştirme ve uyarlanabilir öğrenme modelleri, bireylerin bireysel ihtiyaçlarını karşılamaktadır ve onların bilimsel gelişimlerini desteklemek için güçlü bir çerçeve sunmaktadır. Bu modellerin etkili bir şekilde kullanımı akademik performanslarını artırmanın yanında bağımsız öğrenme yeteneklerini ve yaratıcı düşünce kapasitelerini de

geliştirebilmelerini sağlamaktadır (Brusilovsky & Millan, 2007). Öğrenci merkezli, kişiselleştirilmiş ve yaratıcı düşünmeyi teşvik eden bir dijital öğrenme ortamında, onların yeteneklerini geliştirirken aynı zamanda problem çözme ve yaratıcı düşünme becerilerini de destekleyebilir.

2. Pedagojik ve Teknolojik Uyum

Kişiselleştirme ve uyarlanabilir olma özelliğinin öğrenmeye etkili bir şekilde uygulanabilmesi için pedagojik ilkeler ile teknolojik olanakların uyum içinde olması önemlidir. Dijital gelişmelerin ayrıntılarının değiştirilmesi, yalnızca teknolojik bir ilerleme değil, aynı zamanda pedagojik bir kapasite de gerektirmektedir. Dijital araçlar, doğru pedagojik ilkelerle birleştirildiğinde, öğrenme süreçleri daha etkili hale gelmektedir (Anderson & Dill, 2000). Bu birleşim, öğrencilerin öğrenme yüklerini yönetmelerine yardımcı olurken, aynı zamanda yaratıcı düşünme ve bağımsız yetenekleri geliştirmelerine de destek olmaktadır (Sweller, 2011). Öğretim tasarımları öncelikle pedagojik açıdan, öğrenci merkezli bir yaklaşımı benimsemelidir (Bransford, Brown & Cocking, 2000). Dijital araçlar, eğitimcilerin bireysel ihtiyaçlara dayalı geri bildirim ve rehberlik sağlamasını kolaylaştırarak, öğrenme sürecinin daha verimli ve hedefe odaklı hale getirilmesini sağlamaktadır (Brusilovsky & Millan, 2007). Teknolojik açıdan ise, dijital paraların kullanıcı dostu, erişilebilir ve konularda öğrenmelerini kolaylaştıracak erişimlere sahip olması gerekmektedir (Sweller, 2011). Pedagojik ilkeler, öğrenmenin geniş kapsamlı bir yaklaşımla şekillenmesini sağlarken, teknolojik olanaklar bu süreçte sunulan araçları sunmaktadır. Bu uyum, öğrencilerin bireysel durumlarına göre özelleştirilmiş ve uyarlanabilir öğrenme deneyimlerini mümkün kılabilir, bu da akademik başarıyı ve yaratıcı düşünmeyi artırabilir (Brusilovsky & Millán, 2007; Sweller, 2011).

3. Multimedya Öğrenme İlkelerinin Uygulanması

Mayer'in (2005) multimedya öğrenme ilkelerine göre, etkili bir dijital ortam, hem görsel hem de işitsel bileşenleri dengeli bir şekilde kullanarak bilgiler sunmalıdır. İçerik tasarımlarında gereksiz bilgi yüklenmemesini desteklemeli ve bilgilerin bağlantısı için “az ama öz” sistemine uygun bir uygulama benimsenmelidir. Ayrıca, bilgilerin daha iyi anlamlandırılmalarına yardımcı olmak için içeriğin sıralı ve bilgilerin bir şekilde bilinmesi gerekmektedir (Sweller, 1988). Bu süreç, öğrenmenin aktifleşmesini teşvik edecek şekilde tasarlanmalıdır. Etkileşimli içerikler, yalnızca bilgi ticareti değil, aynı zamanda bilgi üreticisi olmalarını sağlamaktadır. Örneğin, bir matematik uygulaması, yalnızca hazır çözümleri izlemek yerine, kendi çözümlerini oluşturabilecekleri araçlar sunabilir. Bu tür bir çözüm, analitik düşünme ve problem çözme becerilerini güçlendirebilir (Gialamas & Nikolopoulou, 2010).

4. Yaratıcı Düşünmeyi Teşvik

Yaratıcı düşünmeyi geliştirmek için dijital öğrenme araçlarının, yeni fikirlerin üretilmesine ve bu kapsamda test edilmesine olanak sağlaması gerekmektedir. Laurillard (2012), dijital yöntemlerle yaratıcı düşünmeyi teşvik eden bir öğrenme ortamı yaratma potansiyelini vurgulamış ve bireylerin dijital ortamlar aracılığıyla kendi modellerini oluşturabileceklerini belirtmiştir.

Ayrıca işbirlikçi öğrenme süreçlerini destekleyen dijital araçlar, grup çalışmaları sırasında öğrenmelere olanak tanımaktadır (Johnson, Johnson & Smith, 1998). Bu, yalnızca bireysel yaratıcılık değil, aynı zamanda grup dinamikleri yoluyla kolektif yaratıcılık da geliştirebilir (Stahl vd., 2006). Çevrimiçi forumlar, etkileşimli simülasyonlar ve dijital beyin fırtınası araçları, bu tür işbirlikçi öğrenme süreçlerini desteklemek için etkili bir yöntem olarak düşünülebilir.

5. Etkileşim ve Geri Bildirim

Dijital eğitsel oyun tasarımında iletişim elemanlarına dikkat edilmesi, gelişmenin olması için kritik öneme sahiptir (Gee, 2003). Etkileşimli içerikler, sadece pasif cihazların olmasını engelleyebilir, onların aktif kalmalarını sağlayabilir (Gee, 2003). Bu tür aktarımlarını, öğrenme deneyimlerini kişiselleştirmelerine ve derinleştirmelerine olanak tanıyabilir (Hattie & Timperley, 2007). Aynı zamanda, dağıtımların anlık geri bildirimleri, öğrenme sürecinin daha verimli hale getirilmesi sağlanabilir. Geri bildirim, onların güçlü ve zayıf kapasitelerini anlamalarına yardımcı olarak, gelişimlerine odaklanmalarını sağlamaktadır. Bu iki unsurun, birlikte kalıcılığının, stratejik yüklerini yönetmelerine ve öğrenmelerine ulaşmalarına yardımcı olmaktadır (Shute, 2008). Etkileşim ve geri bildirim, dijital yöntemlerin pedagojik açıdan etkili olmasını sağlayan temel faktörlerdir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırma, dijital eğitsel oyun tasarımlarının öğrencilerin bilişsel yeteneklerinin gelişimi ve yaratıcı düşünme becerileri üzerindeki etkilerini incelemek ve bu tasarımların seçiminde dikkat edilmesi gereken husuları ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Dijital eğitimsel oyunların öğrenme zayıflamalarının etkisi üzerine yapılan birçok araştırma, bu tür oyunların özelliklerinin süreçlerini ve matematiksel tekniklerin geliştirildiğini ortaya koymaktadır (Gee, 2003; Clark, 2016). Araştırma sonuçları bu araştırma sonuçlarına benzer olarak dijital eğitsel oyun uygulamalarının, öğrencilerin bireysel öğrenme hızlarına ve farklı öğrenme stillerine göre kişiselleştirilmiş öğrenmeler sağlayarak bilişsel yeteneklerini geliştirdiğini göstermektedir (Ahlers & Driskell, 2002; Gee, 2005; Van Eck, 2006; Gee, 2007; Garris, Steinkuehler & Duncan, 2008). Bu oyunlar, insanların bireysel öğrenme hızlarına ve farklı öğrenme kapsamına göre özelleştirilmiş deneyimler sunmak için daha etkili öğrenme fırsatları yaratmaktadır (Anderson & Dill, 2000; Gee, 2003). Örneğin, dijital oyunların kişiselleştirilmesi, kendi hızlarında ilerlemelerine ve güçlenmelerine yönelik seçimlerine olanak tanınmaktadır (Papastergiou, 2009). Dijital eğitimsel oyunların, bilimsel gelişmelerini destekleme potansiyeli alanında yapılan araştırmalar, bu alandaki yeni bir bakış açısını ve uygulama seçiminde dikkat edilecek hususları da işaret etmektedir (Anderson & Dill, 2000).

Literatürden araştırmalar, dijital oyunların yalnızca akademik başarı üzerinde değil, aynı zamanda yaratıcı düşünmenin üzerinde olumlu etkileri olduğunu vurgulamaktadır (Anderson & Dill, 2000). Bu çalışmada bulunan bir diğer sonuç dijital eğitsel oyunlar öğrencilerin yaratıcı düşünme becerilerini geliştirdiği, problem çözme süreçlerinde yenilikçi çözümler üretme ve alternatif bakış açıları geliştirme gibi becerileri sağladığı ortaya konmuştur. Bu sonuçlar, yaratıcı düşünme becerilerinin aktif öğrenme ve öğrenci katılımını merkeze alan yöntemlerle geliştirilebileceğini ortaya koyan literatürle paralellik göstermektedir (Torrance, 1966; Sternberg & Lubart, 1999). Kim (2011) tarafından yapılan bir meta-analiz, yaratıcı

düşünmeyi teşvik eden dijital oyunların yaratıcılığı artırdığını göstermiştir. Ancak, geleneksel yöntemlerin etkili olabileceğini savunan bazı çalışmalar (Runco, 2004), bu bulgularla çelişmektedir. Runco'nun çalışması, yaratıcı düşünmenin bireyin doğal bir yeteneği olduğunu ve bu tür müdahalelerin etkisinin sınırlı olduğunu ileri sürmüştür.

Bu çalışma, dijital eğitsel oyunların hem de bilişsel yetenekler hem yaratıcı düşünme üzerinde güçlü bir etkisi olduğunu göstermiştir. Elde edilen sonuçlar, eğitim programlarına **dijital eğitsel oyunların** dâhil edilmesinin öğrencilerin 21. yüzyıl becerilerini geliştirmede etkili bir strateji olabileceğini göstermektedir. Yaratıcı düşünme ve analitik becerilerin geliştirilmesi, öğrencilerin hem akademik başarılarını hem de gelecekteki profesyonel yaşamlarını olumlu yönde etkileyebilir.

ÖNERİLER

Gelecekteki çalışmalarda, dijital eğitsel oyunların farklı yaş grupları, kültürler ve eğitim sistemleri ve öğretim konuları üzerindeki etkileri incelenebilir. Ayrıca, uzun dönemli etkilerin araştırılması, akıllı ödevlerin sürdürülebilir faydalarını değerlendirmek için önemlidir. Bu araştırmanın devamı olarak çocukların ebeveynlerine öğreterek öğrenme süreçlerinde anında geri dönüt sistemi olarak dijital eğitsel oyun uygulamalarının olarak daha kapsamlı şekilde kullanılması sağlanabilir. Gelecek süreçte bu amaçlara uygun dijital eğitsel ortamlar tasarlanabilir.

KAYNAKÇA

- Anderson, C. A., & Dill, K. E. (2000). Video games and aggressive thoughts, feelings, and behavior in the laboratory and in life. *Journal of personality and social psychology*, 78(4), 772–790.
- Bransford, J. D., Brown, A. L., & Cocking, R. R. (2000). *How people learn: Brain, mind, experience, and school*. Washington, D.C: National Academy Press.
- Brusilovsky, P., & Millan, E. (2007). *User models for adaptive hypermedia and adaptive educational systems*. In P. Brusilovsky, A. Kobsa & W. Neidl (Eds), *The Adaptive Web: Methods and Strategies of Web Personalization*, LNCS 4321 (pp. 3-53). Springer, Berlin/Heidelberg.
- Clark, R. E., & Mayer, R. E. (2016). *E-Learning and the science of instruction: Proven guidelines for consumers and designers of multimedia learning*. John Wiley & Sons.
- Garris, R., Ahlers, R., & Driskell, J. E. (2002). Games, motivation, and learning: A research and practice model. *Simulation & gaming*, 33(4), 441-467.
- Gee, J. P. (2003). *What video games have to teach us about learning and literacy*. New York: Palgrave Macmillan.

- Gee, J. P. (2005). *Why Video games are good for your soul: Pleasure and learning*. Melbourne: Common Ground.
- Gee, J. P. (2007) *Good Video games and good learning: collected essays on video games, learning and literacy*. Peter Lang, New York.
- Gialamas, V. & Nikolopoulou, K. (2010). In-Service and Pre-service Early Childhood Teachers' Views and Intentions about ICT Use in Early Childhood Settings: A Comparative Study. *Computers and Education*, 55 (1): 333–341.
- Hattie, J. & Timperley, H. (2007). The Power of Feedback. *Review of Educational Research*, 77(1), 81-112.
- Hattie, J. (2009). *Visible learning. A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*. London: Routledge.
- Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Smith, K. A. (1998). Cooperative learning returns to college: what evidence is there that it works? *Change* 30(4), 26-35.
- Kim, K. H. (2011). The creativity crisis: The decrease in creative thinking scores on the Torrance Tests of Creative Thinking. *Creativity Research Journal*, 23(4), 285-295.
- Laurillard, D. (2012). *Teaching as a design science: building pedagogical patterns for learning and technology*. London: Routledge.
- Luckin, R., Holmes, W., Griffiths, M., & Forcier, L. B. (2016). *Intelligence unleashed: An argument for ai in education*. Open Ideas; Pearson Education, London.
- Mayer, R. E. (2005). Cognitive theory of multimedia learning. In R. E. Mayer (Ed.), *The Cambridge handbook of multimedia learning* (pp. 31–48). Cambridge University Press.
- Mayer, R. E. (2019). *Computer games for learning: An evidence-based approach*. MIT Press.
- Papastergiou, M. (2009). Digital game-based learning in high school computer science education: Impact on educational effectiveness and student motivation. *Computers & Education*, 52(1), 1-12.
- Runco, M. A. (2010). *Creativity: Theories and themes: Research, development, and practice*. Academic Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- Sawyer R. K. (2012). *Explaining creativity: The science of human innovation*. 2nd Edn. New York, NY: Oxford University Press.

- Sawyer, R. K. (2013). *Zig Zag: The surprising path to greater creativity*. Jossey-Bass.
- Shute, V. J. (2008). Focus on formative feedback. *Review of educational research*, 78(1), 153–189.
- Stahl, G., Koschmann, T., & Suthers, D. (2006). *Computer supported collaborative learning: An historical perspective*. In R. K. Sawyer (Ed.), *Cambridge handbook of the learning sciences*, (pp. 409-426).
- Steinkuehler, C.A., & Duncan, S. (2008). Scientific habits of mind in virtual worlds. *J. Sci. Educ. Technol.* 17, 530–543.
- Sternberg, R. J., & Lubart, T. I. (1999). *The concept of creativity: Prospects and paradigms*. In R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of creativity* (pp. 3-15). Cambridge University Press.
- Sweller, J., (1988). Cognitive load during problem solving: effects on learning. *Cognitive Science*, V.12, p.257-285.
- Sweller, J., (2011). Cognitive load theory. In *Psychology of learning and motivation*, Vol. 55, pp. 37-76.
- Torrance, E. P. (1966). *Torrance Tests of Creative Thinking*. Personnel Press.
- Van Merriënboer, Jeroen J. G., & John Sweller. (2005): Cognitive load theory and complex learning: Recent developments and future directions. *Educational psychology review* 17(147-177)
- Van Eck, R. (2006). Digital game-based learning: it's not just the digital natives who are restless. *EDUCAUSE Review*, 41(2).
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Wang, F. & Hannafin, M. J. (2005). Design-based research and technology-enhanced learning environments. *Educational Technology Research and Development*, 53(4), 5-23.

ÖZEL SPORCULARIN YAŞAM KALİTESİNDE YÜZMENİN ROLÜ VE ÖNEMİ

Kübra ÖZDEMİR

Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

ORCID: 0000-0003-1576-2131

kubra.ozdemir@atauni.edu.tr

Korhan KESKİNKILIÇ

Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum

ORCID: 0000-0002-1185-0946

keskinkilickorhan@gmail.com

Bumin Kağan ÖZDEMİR

Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum

ORCID: 0000-0002-9874-8329

bumin.ozdemir25@gmail.com

GİRİŞ

Spor, toplumda yer alan bireyler için olduğu gibi özel gereksinimli bireyler için de bir ihtiyaçtır. Çünkü spor, özel gereksinimli bireylere kendilerini gösterebilecekleri yeni alanlar oluşturmaktadır. Spor, toplum tarafından dışlanan ve engeli dolayısıyla sahip oldukları psikolojiye bağlı olarak ortaya çıkan saldırganlık, öfke ve kıskançlık gibi duyguların kontrol altına alınmasına katkı sağlamaktadır. Grup olarak egzersiz ve spora katılan özel gereksinimli birey paylaşmayı, iletişim kurmayı, arkadaşlık kurmayı ve geliştirmeyi, başarı ve başarısızlık durumunda kabullenmeyi öğrenebilmektedir (Korkmaz ve ark., 2020). Özel gereksinimli birey için fiziksel aktivite; fiziksel ve motor becerilerin gelişmesinde önemli katkılar sunmaktadır. Literatürdeki araştırma sonuçları, egzersize katılımın farklı engel grupları ve engel düzeylerine sahip bireylerin fiziksel ve motor becerilerinin gelişimine katkı sağladığını göstermektedir (Aslan, 2015). Fiziksel aktivite herkesin hayatı boyunca az çok yaptığı bir eylemdir (Oğan, 2022). Sporun temelinde yer alan düzenli fiziksel aktiviteler ise insan sağlığının genel yönleriyle çeşitli fiziksel kapasiteleri artırır (Garber ve ark., 2011; Çakır ve ark., 2021).

Özel sporcular, zihinsel, fiziksel, duyuşal veya gelişimsel bir engeli bulunan ve spor etkinliklerine katılım sağlayarak fiziksel becerilerini geliştiren, sosyal etkileşimlerini artıran

ve yaşam kalitesini yükselten özel gereksinimli bireylerdir. Bu kapsamda ‘Otizm Spekturum Bozukluğu’ olan ve ‘Down Sendromlu’ bireyler bu kategoride sınıflandırılarak yarışmalara katılım sağlayabilirler.

Zihinsel açıdan dezavantajlı bireyler günlük yaşamın değişik safhalarında güçlüklerle karşılaşmaktadırlar. Zihinsel yetersizlik genellikle Otistik ve Down Sendromlu bireylerde görülebilmektedir. Zihinsel problemi olan bireylerde yaşam tarzı genel olarak hareketsizdir. Bu durumda olan bireylerde obezite sıklıkla görülmektedir. Bunun nedeni bireylerin fiziksel aktivite fırsatlarının eksikliği, ilaç kullanımı ve diyet gibi sebeplerdir (Url 2, 2021). Otizm Spekturum Bozukluğu; erken çocukluk döneminde sosyal-iletişimsel alanda yetersizlikler, sınırlı ve tekrarlayıcı davranışlarla kendisini gösteren yaygın gelişimsel bozukluklardan biri olan otizm spekturum bozukluğu (OSB) nörogelişimsel bir bozukluktur (Alver ve Gümüş, 2020). Otizm terimi, 1943 yılında çocuk psikiyatri uzmanı Leo Kanner tarafından tanımlanmıştır (Aydın ve Özgen, 2018).

Tüm özel gereksinimli bireyler arasında en çok karşılaşılan grup olan zihinsel engelli bireyler, toplumun genel kanısında hiçbir aktiviteye özellikle de fiziksel aktivitelere katılamayacağı ve katılmaması gerektiği şeklindedir. Sosyal yaşamda her bir bireyin kapasitelerine ve durumlarına bakılmaksızın eşit bir fert olarak değerlendirilmeye hakkı vardır. Bu fertler için fiziksel aktivitelerin önemi en az sağlıklı insanlar için olduğu kadar önemlidir. Özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivitelere katılımı onları engelinden uzaklaştırıp potansiyellerini ortaya koymalarını ve bu sırada özgüven ve paylaşım duygularını geliştirmelerini sağlamaktadır. Örneğin, otizmlili bireylerin gerek akranlarıyla gerek diğer günlük ilişkileriyle uyumlu bir sosyal görüntü çizmediği görülmekte ve streotip davranışlar ile dil becerilerinde kusurlar gözlemlenmektedir. Ayrıca aşırı sinirlilik hali ve depresyon bu bireyleri etkilemekte ve yine toplumun dışına itmektedir. Obezite sorunu da DS’li bireyleri bekleyen bir diğer sorun olarak görünmektedir. Fiziksel aktivitelere yer almaları Otizm’li ve DS’li bireylerde sosyal yaşama uyumlu bir şekilde katılım, stres düzeylerinde azalma, dil becerilerine yansıyan bir gelişim, motor becerilerinde iyileşme ve hareketten dolayı fazla kilolara karşı bir önlem olarak önem taşımaktadır (Aydın ve Sarol, 2014).

Zihinsel engelli olan bireylerde temel motor gelişim yaşitlarına göre oldukça geridir. Denge, manipulatif ve lokomotor yetiler zihinsel yetersizliği olan bireylerde olması gereken düzeyin oldukça altındadır. Denge yetisi geri kalan tüm hareket becerileri için temel önemde bir faktördür ve günlük yaşamdaki tüm hareketleri belirleyen unsurdur (Bayazıt vd., 2014). DS’lilerde fiziksel yetilerde görülen başlıca dikkat çeken durumlar ip atlama, dans, yüzme gibi ana kaslardaki motor becerilerini uyaran yeteneklerin ya hiç olmaması ya da sınırlı olduğu şeklindedir. Bununla beraber küçük kas motor yetilerinde de zayıflık görülmektedir. Bu aktiviteler basit anlamda, kâğıt kesme, kutu içine küp atma, ipe boncuk dizme vb. sıralanabilir (Köksal, 2010).

Down Sendromu olan çocuklarda motor becerilerdeki koordinasyon bozuklukları ve kraniyofasiyal ve yapısal anormallikler gibi anatomik ve fizyolojik özellikler, oral motor becerilerin kazanılmasına engel olur ve bu da potansiyel beslenme problemlerinin ve yutma fonksiyon bozukluğunun ortaya çıkmasına neden olabilir (Anil ve ark., 2019). Psikomotor gelişimin kesintiye uğraması, bireyin hemen her fiziksel gelişim sürecinin kesintiye

uğramasına neden olacaktır. Down sendromlu kişiler oturma, konuşma ve yürüme gibi temel becerileri diğer çocuklara göre daha geç öğrenirler. Bu aynı zamanda diğer tüm faaliyetleri de kısıtlar. Çocuklar becerileri yaşitlarına göre daha yavaş kazanır ve hayata uyum sağlamaları zaman alır. Ancak bu çocukların öğrenip beceri kazanabileceği unutulmamalıdır. Spor gelişimine verilen önem bu becerilerin gelişmesinde son derece etkilidir (Gerçeksever, 2011).

Zihinsel Engelli (OSB ve DS) Bireylerde Fiziksel Aktivitenin Yararları

- Görme, duyma, temas ve aksiyon idraklarının ilerlemesine yardımcı olur.
- Dayanıklılık, balans, koordinasyon, güç ve elastikiyeti geliştirerek fiziksel uygunluk seviyesinin artırılmasını sağlar.
- Kilo denetlenmesine yardımcı olur.
- Elverişli davranışsal reaksiyonların meydana çıkmasına yardımcı olur.
- Tekrarlayıcı ve zatinı uyaran davranımların (el çırpma, dönme, sallanma gibi) hafiflemesine yardımcı olur.
- Saldırgan davranışların azalmasını sağlar.
- İlgide artma olmasını temin eder.
- Akademik faaliyetlere katılımın artmasını temin eder.
- El becerilerinin gelişmesine yardımcı olur.
- Sosyal becerileri geliştirir (Url, 1).

Düzenli yapılan sportif etkinlikler, özel gereksinimli bireylerde olumlu davranış değişiklikleri ve motorsal gelişimler olmasına katkı sağlamanın yanı sıra, akranlarıyla hoş vakit geçirmesini ve sosyalleşmesini sağlar (İlkım ve ark., 2018). Yine spor, bu bireylerin sosyal, fiziksel ve duygusal gelişimlerine katkıda bulunabilir (Akoğuz Yazıcı ve Taşalan, 2023).

Down Sendromlu Çocukların Motor Gelişim Basamaklarına Erken Ulaşmaları İçin Öneriler:

Motor beceri gelişimine yönelik çalışmalardan elde edilen sonuçlara göre, DS'li çocukların motor beceri gelişim basamaklarına erken ulaşmalarının sağlanması için aşağıda sözü geçen konuların dikkate alınarak eğitim planlaması yapılması önerilmektedir;

- Yeni doğanlarda, oturma ve yürüme gibi denge ve kuvvet gerektiren beceriler konusunda destek uygulama çalışmalarının yapılması,
- Uygulama çalışmalarında hareketin farklı açılardaki tüm varyasyonlarının çalışılması,
- Yeni bir hareket becerisi öğrenimi için yeterli sürenin tanınması,
- Uygulamalı çalışmalarda model olma ya da görsel olarak hareketi izletme yönteminin kullanılması,
- Çocuğun, günlük yaşamda daha fazla aktif olmasını sağlayıcı aktivitelere (yüzme, cimmastik, oyun parkı gezileri) katılımı için teşvik edilmesi,
- Mümkün olan en kısa sürede gelişim düzeyi açısından uygun olan ve ilgi duyduğu ve spora başlamasının sağlanması (Nalbant, 2011).

Yaşamın ilk yıllarında spor kültürüyle tanışan kişilerin, spor yapmaya başladıktan sonra yaşlanıncaya kadar bu alışkanlığı geliştirmeye daha yatkın olmaktadırlar. Vücut,

fiziksel egzersize katılırken enerji tüketir. Kalp daha hızlı çalıştığı ve vücuda pompalanan kan seviyesi de arttığı için birçok hastalık riskini azaltabilir. Kalp egzersizinin görevi kişisel sağlık için çok önemlidir. Öte yandan, fiziksel aktivite yoğunluğunu düzenli olarak normal seviyede tutmak ve düzenli fiziksel aktivite, bağışıklık sistemini güçlendirerek vücudu koruma ve kronik hastalıkları önleme görevini üstlenebilir. Ayrıca vücuttaki düzensizlikleri de önleyebilir (Richards ve ark., 2015). Spor, bireylerin yaşamı boyunca fiziksel aktiviteye katılmasını, temel motor beceriler geliştirmesini ve zihinsel, psiko-sosyal davranışlar edinmesini destekleyen, aynı zamanda kazanılmış davranışların belirli kurallar çerçevesinde uygulanmasını içeren bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Murathan & Orak, 2017). Her ne kadar spor, kelime anlamı itibarıyla fiziksel aktiviteleri ifade etse de, aynı zamanda bireylere sosyal bir kimlik kazandırmakta ve toplum içinde aidiyet duygusunu geliştirerek sosyalleşmelerine önemli katkılar sağlamaktadır (Küçük ve Koç, 2004; Güneş ve ark., 2022; Norman ve Canpolat, 2021). Ayrıca bireylerin evdeki ve işteki sosyal davranışları üzerinde derin bir etkiye sahip olup (Özdemir ve ark., 2021). bireylerin sosyal ve bireysel karakter gelişimi üzerinde olumlu etkileri vardır (Danacı 2008; Yazıcı ve ark., 2019).

Her gün orta yoğunlukta 30 dakikalık düzenli fiziksel egzersiz, kalp-damar hastalıkları, şeker hastalığı ve kanseri önleyebilir. Denge ve kas güçlendirici egzersizler, düşmeleri önleyecek ve yetişkinlerin egzersiz kapasitesini ve fiziksel fonksiyonlarını artıracaktır. Ek olarak, kilo kontrolü daha yoğun fiziksel egzersiz gerektirebilir. Amerika Birleşik Devletleri'nde geliştirilen "Fiziksel Egzersiz Yönergeleri", çocuklara haftanın her günü en az 60 dakika orta ve / veya yüksek yoğunluklu aerobik fiziksel egzersizler yapılmasını önermekte ve kas ve kemik sağlığını ve gücünü artırmak için haftada üç gün eklemesi gerektiğini belirtmiştir. Ancak çocuklar yetişkinler gibi olmadıkları için aktiviteler çocuğun yaşına ve büyümesine uygun ve eğlenceli olmalıdır (Türkiye Sağlıklı Kentler Birliği, 2008).

OSB' li çocuklarda ince motor hareketlerin eksikliği sedanter yaşama, düşük fiziksel uygunluğa ve sosyal izolasyona neden olmaktadır (Srinivasan ve ark., 2014). OSB' nin karmaşık ve çok sistemli sunumu göz önüne alındığında, klinisyenlerin (yani OSB' yi teşhis eden çocuk doktorları, klinik psikologlar, gelişimsel nörologlar veya motor problemleri tedavi eden çocuk fizyoterapistleri ve mesleki terapistler) motor komorbiditelerin, OSB ile ilişkili temel bozuklukların ötesinde günlük işlevselliği etkileyip etkilemediğini ayırt etmeleri güç olabilir (Caçola ve ark., 2017). Alanyazındaki yapılan çalışmalara bakıldığında OSB' li çocuklarda ince ve kaba motor hareketleri koordinasyon denge ve yürüyüş bozukluklarının olduğu görülmektedir (Bhat, 2020; Green ve ark., 2009). Utesch ve ark., (2019) yaptıkları çalışmada fiziksel aktivite yapan OSB' li çocukların motor kazanımlarında önemli artışların olduğu belirtilmiştir. Yine Reinders ve ark., (2019) yaptıkları bir çalışmada fiziksel aktivitenin sosyal etkileşim ve dil becerilerinde olumlu yönde önemli değişimlerin ortaya çıkardıklarını belirtmişlerdir.

Özel Gereksinimli Bireylerde Yüzmenin Yaşam Kalitesindeki Önemi

Yaşam kalitesi, “sürdürülebilir bir iyileşme” sürecini ifade eder. Bu kavram, bireyin istikrarlı ve dengeli bir yaşam sürmesini temel alır. Yaşam kalitesi, yalnızca uzun bir yaşam sürmekle değil, yaşamın süresinden çok içeriği ve refah düzeyiyle ilgilidir (Seth, 1889; Toper ve Özpolat 2023). Bireyler yaşam kalitesini korumak ya da artırmak için ister sporcu olmak amaçlı ister boş zamanlarını değerlendirmek adına sporun bütünleştirici gücünden yararlanırlar. Kısacası normal gelişim gösteren bireyler gibi özel gereksinimli bireylerde yaşam kalitelerini artırmak için spor branşından yararlanırlar. Bu branşlar arasında olan yüzmenin önemi ve yeri yadsınamazdır.

Yüzme sporu, su içinde yapılan ve bedensel gelişimi en iyi şekilde sağlayan ender spor aktivitelerinden bir tanesidir. Yerçekimi özelliğinin çok düşük olduğu yüzme sporu, bu spor ile uğraşanların tüm kaslarının bir ahenk ve uyum içinde çalışmasını sağlar. Yüzme sporu suyun direncine karşı yapıldığı için yıpratıcı etki göstermeden vücut direncini artırır. Bununla birlikte fizik tedavide kullanılan nadir sporlardan biri olan yüzme sporu vücut kaslarının simetrik ve dengeli bir biçimde gelişimini sağlar (Bozdoğan, 2006).

Yüzme, sağlığın korunması ve iyileştirilmesi üzerinde olumlu etkisi olan bir spor branşıdır. Yüzme, akciğer kapasitesinin artmasına neden olur ve solunum kaslarını güçlendirir (Roj ve ark., 2016). Suda yapılan farklı hareket biçimleri, fiziksel yetersizliği olan çocuklar için rehabilitasyon ve terapötik rekreasyon fırsatları sunar ve diğer fiziksel rekreasyon etkinlikleriyle (yürüme veya bisiklete binme gibi) birlikte ebeveynler tarafından yüzmenin kalitesini artırmak için son derece yararlı olarak algılanır. Su aktivitelerinin terapötik etkilerine bakıldığında; zayıflamış kasları güçlendirmek, eklem hareketliliğini sürdürmek ve arttırmak, ağrı ve kas spazmlarını azaltmak, dengeyi, duruşu, koordinasyonu korumak ve geliştirmek gibi örnekler verilebilir (Tripp ve Krakow, 2014). Yüzme branşı motor gelişimlerini artırdığı için ve bütün kasları sistematik olarak çalıştırdığından çocukların bedensel yeteneklerini geliştirmelerine yardımcı olur. Ayrıca, çocuklar suyun içinde çeşitli oyunlar oynayarak eğlenirler ve bu şekilde ruhsal gerilimlerinden kurtulabilirler. Su, onları mutlu ve neşeli hissettirebilir, bu da genel psikolojik durumlarını olumlu bir şekilde etkiler. Hidroterapi uygulamaları, çocukların suda yüzme becerilerini geliştirmelerini sağladığı gibi, öğrenmeye daha açık hale gelmelerine de yardımcı olabilir. Su içindeki hareketler, çocukların duyuşal deneyimlerini zenginleştirir ve bu da kognitif gelişimlerine olumlu bir katkı sağlar. Suda başarılı bir şekilde yüzen çocuklar, bu deneyimleri sonucunda artan bir özgüven sahip olabilirler (Öztürk, 2010).

DS olan bireylerde, doğuştan kalp hastalıkları, obezite, hipotoni veya eklem hareketlerinde yetersizlik gibi çeşitli hastalıklar görülmektedir (Özer, 2020). Bu sebeple, belirli fiziksel aktivite programları ile bu koşullardan kaynaklanan ek hastalıklar iyileştirilebilir. DS olan çocuklarda fiziksel aktivitenin önemli bir amacı, oluşabilecek gelişimsel gerilikleri önlemek için temel motor becerileri geliştirmek adına erken bir müdahale programı uygulamaktır. Fiziksel aktivite DS popülasyonunda kardiyopulmoner kapasitenin, kas gücünün ve kilo kontrolünün korunması ve iyileştirilmesinde önemli bir araçtır (Sugimoto ve ark., 2016).

OSB’li çocukların çoğunda aşırı derecede bir hareketlilik görülmektedir. Bu özel gereksinimli bireylerdeki güç ve fiziksel kuvvet olumlu bir şekilde kullanılmazsa, saldırganlık

ya da fazlasıyla hareketli olma durumları görülebilir. Buradaki enerjiyi doğru harcamaları adına oyunla iç içe olmalarını sağlamak gerekmektedir. Bu aşamada at ve su terapisi çalışmaları ön plana çıkmaktadır. Yüzme terapisi ile yetersizliği bulunan bireylerin tüm kasları çalışır ve düzenli bir iyileşme meydana gelir. Buna bağlı olarak bireylerin motorik fonksiyonlarında olumlu ilerlemenin olduğu ve takıntılı davranışlarda ise düşüş olduğu görülecektir (Özbey, 2005).

Yüzme etkinliklerinin, psikomotor becerileri geliştirmek, adaptif davranışları artırmak ve OSB'li bireyler için sosyal etkileşim olanakları sağlamak açısından önemli olduğu belirtilmiştir (Battaglia ve ark., 2019).

Yüzme, OSB'li çocuklar için en çok tercih edilen fiziksel aktivitedir. Yüzmenin düşük sosyal taleplerinin olması OSB'yi karakterize eden iletişim bozuklukları ve kısıtlayıcı, tekrarlayıcı davranışlarla uyumludur. Yüzme, suyun kaldırma kuvveti ile motor bozukluğu olan çocukların vücut hareketlerini desteklediğinden ve karada fiziksel aktivite ile ilişkili yaralanma korkularını azaltabileceğinden, diğer fiziksel aktivitelere göre daha fazla fayda sağlar (Fragala-Pinkham vd., 2011; Mills vd., 2017; Azimigarosi vd., 2020). Bu yüzme programlarıyla engelli çocukların yaşam kalitelerini korumalarına ve sosyal entegrasyonlarına yardımcı olmalarına izin verilmektedir. Yüzme aynı zamanda engelli çocuklara suda bağımsızlık, psişik kolaylıklar ve daha fazla güvenlik sunmaktadır (Zanobini ve Solari, 2019).

Hidroterapi'nin faydalarını genel olarak şöyle sıralayabiliriz;

- Kan dolaşımını hızlandırarak dolaşım bozuklarını düzeltir.
- Stres hormonunu baskılayacak anti- stres hormanı salgılasını arttırarak zihinsel ve bedensel stresi azaltır.
- Migren, kronik ağrı, sinüzit gibi hastalıkların semptomlarını hafifletir.
- Metabolizmayı hızlandırır ve mide ve bağırsak ülserlerinin iyileşmesine fayda sağlar.
- Bağışıklık sistemini güçlendirir.
- Nörolojik defisitleri iyileştirir.

Su, ana ve yardımcı tedaviler olarak gerektiğinde kullanılmalıdır. Havuzda uygulanan tedavilerin hedefleri ise şunlardır:

- Duyusal modülasyonu arttırmak.
- Kas spastisitesini azaltarak kas gücünü arttırmak.
- Konraktür ve deformiteleri önlemek.
- Öz yeterliliği arttırmak.
- Vücut farkındalığını ve hareketlerin netliğini arttırmak.
- Yaşam kalitesini arttırmak (Öztürk, 2010).

Otizimli çocuklar havuzda önemli güvenlik riskleri taşırlar. Sözel komutlara genelde yanıt veremedikleri için ve ani doğaları gereği, bazen dikkatli terapistleri bile zor durumda bırakabilirler. Bu çocuklarla her zaman, özellikle de suda odaklanılmış yoğun gözetimi sağlamak esastır. Suda risklerin önüne geçmek için eğitimlerin verilmesi gereklidir. Bu çocuklar duyusal girdilere çok duyarlı oldukları için havuz sıcaklığına ve çevrede onları etkileyebilecek diğer unsurlara özellikle dikkat edilmelidir. Aydınlatma diğer önemli bir faktördür. Özellikle parlak floresan ışıklara zayıf reaksiyon gösterirler. Ayrıca gürültü önemlidir. Otizmli danışanlarda aquaterapi'nin çok faydaları vardır, ancak uygun planlama

esastır (Yücel, 2021). Yine suyun tedavi amaçlı kullanımına değinecek olursak balneoterapi ve hidroterapiden söz etmemiz mümkündür.

Balneoterapi; banyo tedavisi anlamına gelirken (Tuna, 1999; Genç ve Deveci, 2023) hidroterapi, su tedavisi anlamına gelmektedir (Tiainen, 2014).

Hidroterapi yöntemlerini ise şöyle sıralayabiliriz;

- Sitz banyo
- Girdap banyoları
- İrrigasyon sistemleri,
- Kelebek banyo
- Aquaterapidir (Genç ve Deveci, 2023)

Aquaterapide;

- Halliwick,
- Bad Ragaz halka metodu,
- Watsu gibi özel teknikler de yer almaktadır (İlçin ve ark., 2016).

Hidroterapi Alanında OSB ve DS'li Bireylerle İlgili Bilimsel Çalışmalar

Clapham ve arkadaşları (2020), OSB, DS, küresel gelişimsel gecikmeler ve serebral palsi engel gruplarının olduğu 5- 18 yaş arası 71 engelli çocukta sekiz haftalık bir sörf müdahalesinin çeşitli fiziksel uygunluk ölçümleri üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Ayrıca araştırmacı, eğitmen ve ebeveyn raporlarına göre engelli çocuklarda özgüven artışı, sosyal gelişimde kazanımlar ve kaygı azalması gözlemlenmiştir.

Mortimer ve arkadaşları 2014 yılında hidroterapi etkinliğinin otizm spektrumuna sahip çocukların sosyal ve davranışsal yönlerinin tedavisini içeren, hidroterapinin 3 ila 12 yaş arası çocuklara müdahale olarak kullanıldığı dört araştırma makalesini, hidroterapinin etkinliğini belirlemek amacıyla incelemişlerdir. OSB'li çocuklarda sosyal etkileşim ve davranış değişikliklerini araştırmayı amaçlayan bu çalışmanın bulguları, sosyal etkileşimler ve davranışlar, fiziksel ve sosyal davranışlar ve uyaranlara artan yanıt ve kalıplaşmış hareketler ve fiziksel etkileşimlerde azalma yönünde iyileşmeler olduğunu göstermektedir.

Pan (2010), yüksek işlevli OSB'li 16 erkek çocuk için bir su egzersizi yüzme programı uygulayarak tüm katılımcılara 10 haftalık programı uygulamıştır. Program tamamlandığında su becerileri ve sosyal davranışlar değerlendirilmiştir. OSB'li çocuklarda su aktivitelerinin terapötik kullanımının, dil gelişimini ve benlik saygısını kolaylaştırmanın yanı sıra adaptif davranış, denge, çeviklik, alt ve üst ekstremita kas kuvvetini ve kardiyovasküler zindelik arttırdığını vurgulamıştır. Hidroterapi ayrıca dönme ve sallanma gibi stereotipik otistik hareketlerde azalma göstermiştir (Pan, 2010).

Lawson ve arkadaşlarının (2017) yılında Kansas Üniversitesi Duyusal Zenginleştirilmiş Su Sporları Ünitesi'nde terapi alan çocuklarının incelendiği bir araştırmada otizmlili çocukların duyusal zenginleştirilmiş su aktivitelerinde uykuya yönelik çalışmaları sınırlıdır. 5- 12 yaş arası 10 OSB tanılı çocuğun 8 haftalık yüzme müdahalesinde bulgular, çocukların otizm şiddetine ve duyusal işlemeye bağlı olarak yüzme müdahalesine farklı tepkiler verdiğini göstermiştir. Duyusal duyarlılığı artan ve otizm şiddeti azalan çocuklarda,

müdahale sonrasında uyku bozukluklarının azaldığı gözlemlenmiştir. Çalışmada müdahalenin uygulanabilir ve son derece kabul edilebilir olduğu çıkan sonuçlar arasındadır.

Türkiye Özel Sporcular Spor Federasyonu

22/12/2000 tarihli ve MDK-333 sayılı bakanlık oluru ile kurulan; Türkiye Zihinsel Engelliler Spor Federasyonuna, 3289 sayılı Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri hakkında kanunun ek-9 uncu maddesi hükmü gereğince Başbakanlık Makamının 22/05/2006 tarihli ve 182 sayılı olurları ile idari ve mali yönden özerklik verilmiştir.

Türkiye Zihinsel Engelliler Spor Federasyonu'nun ismi 10.02.2009 tarih ve 27137 sayılı Resmi Gazete'de yayınlanarak Türkiye Özel Sporcular Spor Federasyonu olarak değiştirilmiştir (TÖSF, 2024) Aktif yapılan branşlar şu şekildedir;

- Atletizm,
- Basketbol
- Binicilik
- Bowling
- Jimnastik
- Futbol
- Futsal
- Kayak
- Judo
- Masa Tenisi
- Tenis
- Voleybol
- Yüzme

Federasyon bünyesinde 2024 yılında Türkiye Yüzme Şampiyonasına katılım sağlayan toplamda 100 sporcu bulunmaktadır. Gelişim ve milli takımımız için takip edilen kadın 10, erkek 39 olmak üzere toplamda 49 sporcumuz bulunmaktadır.

Türkiye Özel Sporcularımızın Yüzme Branşında Önemli Başarılarından Bazıları;

- Fransa'nın Montluçon Şehrinde 13-17 Aralık 2021 tarihlerinde yapılan, Özel Sporcularımız VİRTÜS Dünya Yüzme Şampiyonasında, 3 Altın, 6 Gümüş ve 15 Bronz Madalya kazanıldı.
- İtalya'nın Loanu şehrinde 2016 yılında düzenlenen (INAS) Avrupa Yüzme Şampiyonası'nda Özel Sporcularımızdan Şevval TEKİN 200 Metre Kurbağalamada Altın Madalya kazanarak Avrupa Şampiyonu oldu.
- Bosna Hersek'te 9-11 Kasım 2019 tarihleri arasında düzenlenen Saraybosna Açık Yüzme Turnuvasında toplamda 16 Madalya kazanıldı.
- Polonya'nın Krakow şehrinde 18-24 Temmuz 2022 tarihleri arasında yapılan VIRTUS Avrupa Yaz Oyunlarında;
 - Mert ASLAN:200 M Sırtüstü Gümüş Madalya
 - D.Şevin ŞENTUNA:200 M Sırtüstü Gümüş Madalya, 200m Kurbağalama Bronz Madalya

- Hikmet Cem SEZGİN: 800 m Serbest Bronz madalya
- Seçil Açıkgöz: 50 m Kelebek Bronz Madalya, 50m Kurbağalama Bronz Madalya, 200m Kurbağalama Gümüş Madalya, 200m Kelebek Bronz Madalya
- 4×50 m Karışık Bayrak Erkekler (Mert ASLAN, Veysi TURAN, Doruk DAVRAN, Ahmet MİNTAZ) Gümüş Madalya
- Ali Şiroğlu: 200m Kelebek Altın Madalya
- 200m Karışık Bronz Madalya, 100m Kelebek Bronz Madalya
- Veysi Turan: 200m Kurbağalama Altın Madalya, 50m Kurbağalama Bronz Madalya
- 4x100m Karışık Bayrak (Mert ASLAN, Veysi TURAN, Doruk DAVRAN, Hikmet Cem SEZGİN) Gümüş Madalya
- 4x200m Serbest Bayrak (Doruk Davran, Hikmet Cem SEZGİN, Mert Aslan, Ahmet MİNTAZ) Bronz Madalya
- Doruk Davran: 100m Kelebek III'de Bronz madalya kazandı.

Yani 2 Altın, 5 Gümüş ve 10 Bronz madalya olmak üzere toplamda 17 madalya kazanıldı.

- 1 Antalya'da 19-26 Mart 2024 Trisome Oyunlarında 3 Altın, 7 Gümüş, 3 Bronz Madalya olmak üzere Toplam: 13 Madalya kazanıldı.
- Fransa'nın Vichy kentinde 04 – 11 Haziran 2023 tarihinde gerçekleştirilen 2023 VIRTUS Global Oyunlarında Özel Sporcumuz Seçil AÇIKGÖZ Kelebek stilinde 2. oldu.

Sonuç

Özel sporcular, sporun fiziksel, psikolojik ve sosyal boyutlarından eşit şekilde faydalanabilmeleri adına büyük bir potansiyele sahiptir. Yüzme, özel sporcuların hem fiziksel sağlığını destekleyen bir rehabilitasyon aracı hem de sosyal bütünleşmelerine katkı sağlayan önemli bir spor dalı olarak öne çıkmaktadır. Türkiye'de özel sporcular için sunulan yüzme imkanlarının geliştirilmesi, bu bireylerin yaşam kalitesini artırma ve topluma entegrasyon süreçlerini hızlandırma adına kritik bir öneme sahiptir. Dolayısıyla, özel sporcular için yüzme programlarının yaygınlaştırılması ve bu programlara yönelik farkındalık çalışmalarının artırılması, bireylerin sporla güçlenmelerine ve toplumsal hayata daha etkin katılmalarına ayrıca yaşam kalitelerini artırmasına olanak tanıyacaktır.

KAYNAKÇA

Akarırmak, Ü. (2007). Bel ağrılarında konservatif tedavi. *Clinic Medicine*. Bel Ağrısı Özel Sayısı, 40-46.

- Akoğuz Yazıcı, N., & Taşalan, H. (2023). *Otizm spektrum bozukluğuna sahip bireyler için fiziksel aktivite ve sporun önemi üzerine yapılmış ulusal düzeyde çalışmaların incelenmesi*. (Cumhuriyetin 100.Yılında Spora Bilimsel Yaklaşımlar, Editörler: Yazıcı, A. G, Özdemir, K., Murathan, T), Duvar Yayınları, İzmir, ss.35-58.
- Alver, E., & Gümüş, Ç. (2020). Otizm spektrum bozukluğuna sahip bireylerde eğitimin önemine dikkat çekmek üzere hazırlanmış dergi ilanı tasarımı örnekleri. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(39), 1423-1435.
- Anil, M. A., Shabnam, S., & Narayanan, S. (2019). Feeding and swallowing difficulties in children with down syndrome. *J Intellect Disabil Res*. 63(8):992-1014.
- Aslan, Ş. (2015). *Hafif zihinsel engelli ergenlerde sporun motor beceriler üzerine etkisinin incelenmesi*. Doktora Tezi. Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.
- Aydın, D., & Özgen, Z. E. (2018). Çocuklarda otizm spektrum bozukluğu ve erken tanılamada hemşirenin rolü. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(3), 93-101.
- Aydın, A. (2003). *Otizimde ilk adım*. İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Aydın, İ., & Sarol, H. (2014). Otizmlili bireylerin fiziksel aktivite programlarına katılımını engelleyen faktörlerin incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, Özel Sayı 1, 870-880.
- Azimigarsi, S., Arjmandnia, A., Mohseni Ezhei, A., & Asgari, M. (2020). Effectiveness of hydrotherapy on communication skills of children with autism spectrum disorder: a single case study. *Quarterly Journal of Child Mental Health*, 6(4), 31–40.
- Bayazıt, B., Fil, H., Son, M., Çolak, S., Eskiyecek, C. G., & Çolak, E. (2014). Eğitilebilir zihinsel engelli kız çocuklarda jimnastik çalışma programının denge gelişimine etkisinin incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8, 370-377.
- Battaglia, G., Agro, G., Cataldon, P., Palma, A., & Alesi, A. (2019). Otizm spektrum bozukluğu olan ergenlerde sosyal ve kaba motor becerileri üzerinde belirli bir su programının etkisi: Üç vaka raporu. *J. Funct. Morphol. Kinesiol*. 4-27.
- Bhat, A. N. (2020). Is motor impairment in autism spectrum disorder distinct from developmental coordination disorder? A report from the SPARK study. *Physical Therapy*, 100(4), 633-644.

- Bozdoğan, A. (2006). *Yüzme*, Morpa Yayınları: İstanbul.
- Caçola, P., Miller, H. L., & Williamson, P. O. (2017). Behavioral comparisons in autism spectrum disorder and developmental coordination disorder: A systematic literature review. *Research in autism spectrum disorders*, 38, 6-18.
- Clapham, E. D., Lamont, L. S., Shim, M., Lateef, S. & Armitano, C. N. (2020). Effectiveness of surf therapy for children with disabilities. *Disabil Health J.* 13(1):100828.
- Çakır, G., Maraş, E., & Akoğuz-Yazıcı, N. (2021). *Fiziksel aktivite ve periodontal sağlık ilişkisi. (Spor bilimlerinde araştırma ve değerlendirmeler- II, Karataş, Özgür; Karataş Öztürk, Emine) Gece Kitaplığı, Ankara, ss.156-172, 2021.*
- Danacı M. (2008). *Adana ilinde farklı tipteki liselerde öğrenim gören adolesan dönemi sedanter ve spor yapan erkek öğrencilerin spora yaklaşımı, fiziksel yapıları ve fizyomotorik özelliklerinin saptanması.* Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Fragala-Pinkham, M. A., Haley, S. M., & O'Neil, M. E. (2011). Group swimming and aquatic exercise programme for children with autism spectrum disorders: A pilot study. *Developmental Neu- rorehabilitation*, 14, 230–241.
- Garber, C. E., Blissmer, B., Deschenes, M. R., Franklin, B. A., Lamonte, M. J., Lee, I.-M., et al. (2011). Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults: guidance for prescribing exercise. *Med. Sci. Sports Exerc.* 43, 1334–1359.
- Genç, E., & Deveci, S. E. (2023). Suyun tedavi amaçlı kullanımı: Balneoterapi ve hidroterapi. *Bütünleyici ve Anadolu Tıbbı Dergisi*, 4(2), 62-86.
- Gerçeksever, H. G. (2011). *Down sendromu çocukların giysilerden kaynaklanan giyinme problemleri ve giysi tercihleri.* Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Green, D., Charman, T., Pickles, A., Chandler, S., Loucas, T., Simonoff, E., & Baird, G. (2009). Impairment in movement skills of children with autistic spectrum disorders. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 51(4), 311-316.
- Güneş, U., Güney, G., & Cengiz, Ö. (2023). Türkiye'de sporda şiddet ve saldırganlık üzerine yapılan çalışmaların analizi: bir meta sentez çalışması. *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* (32), 592-610.

- İlkım, M., Kalayci, M. C. K., Güleroglu, F., & Gündoğdu, C. (2018). Down sendromlu çocuklarda sportif etkinliklere katılma durumuna göre sosyal uyum ve beceri düzeyinin incelenmesi. *İnönü University International Journal of Social Sciences* 7, 162–172.
- İlçin, N., Gürpınar, B., Bayraktar, D. (2016). Aquaterapi (su içi egzersizler). Harutoğlu, H. Editör, Isı, Işık ve Hidroterapi içinde (ss. 303-7). Ankara: Hipokrat Kitabevi.
- Korkmaz, N., Uğur, S., & Öztürk, İ. E. (2020).. *Engelli bireyler için beden eğitimi ve spor öğretmeninin önemi* (ed. Mehmet İlkım, Enes Beltekin) Sporda Yeni Akademik Çalışmalar-5, Ankara: Akademisyen yayınevi.
- Köksal, M. (2010). *Yaz kamplarının otistik çocukların gelişimleri üzerindeki etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Küçük, V., & Koç, H. (2015). Psiko - sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*(10).
- Lawson, L. M., Mazurowski, M., & Petersen, S. (2017). Sensory processing patterns and swim skill acquisition of children with autism spectrum disorder. *American Journal of Recreation Therapy*, 16(2), 29-40.
- Mills, W., Kondakis, N., Orr, R., Warburton, M., & Milne, N. (2020). Does Hydrotherapy Impact Behaviours Related to Mental Health and Well-Being for Children with Autism Spectrum Disorder? A Randomised Crossover-Controlled Pilot Trial. *International journal of environmental research and public health*, 17(2), 558.
- Mortimer, R., Privopoulos, M., & Kumar, S. (2014). The effectiveness of hydrotherapy in the treatment of social and behavioral aspects of children with autism spectrum disorders: A systematic review. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 93-104.
- Murathan, T., & Orak, G. (2017). *Ardahan'da çocuk oyunları ve spor kültürü*, Spor Yayınevi ve Kitabevi, Isbn: 978-9944-379-79-3. Ankara: Nobel Yayınları.
- Nalbant, S. (2011). *14 haftalık fiziksel aktivite programının down sendromlu çocukların motor gelişimleri ve günlük yaşam aktiviteleri üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Anabilim Dalı Doktora Tezi, Antalya.

- Norman, G. & Canpolat, B. (2021). *Paralimpik kış oyunlarının tarihsel serüveni*. A. Tekin. Y. Aygün (Ed.), *Multisportif Araştırmalar – 3: Spor Bilimleri Alanında Farklı Yaklaşımlar* 81-98. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Oğan, M. (2022). *Anaerobik egzersizlerin fiziksel uygunluk ve aktivite düzeylerine etkisinin incelenmesi*. E. Beltekin, Y. Tükel (Ed.), *Spor Bilimlerinde Akademik Çalışmalar-17* 40-64. İzmir: Duvar Yayınları.
- Özbey, Ç. (2005). *Otizm ve otistik çocukların eğitimi yalnızlık ülkesine yolculuk*, İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Özer, D. (2020). *Özel gereksinimli öğrenciler için beden eğitimi ve spor*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Özdemir, K., Yazıcı, A.G., Öztürk, M.E., & Oğan, M., (2021). Exploring of table tennis trainers 'attitudes towards athletes' use of doping. *Social Mentality and Researcher Thinkers Journal Smart Journal*. Vol. 7(40). pp:42-47.
- Öztürk, Ö. (2010). *Su ile yapılan terapi çalışmalarının otistik engelli çocuklar üzerinde etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Pan, C. Y. (2010). Effects of water exercise swimming program on aquatic skills and social behaviors in children with autism spectrum disorders. *Autism*, 14(1), 9-28.
- Reinders, N. J., Branco, A., Wright, K., Fletcher, P. C., & Bryden, P. J. (2019). Scoping review: Physical activity and social functioning in young people with autism spectrum disorder. *Frontiers in psychology*, 10, 120.
- Richards, J., Doherty, A., & Foster, C. (2015). Is the current focus of the global physical activity recommendations for youth appropriate in all settings. *Journal of Physical Activity and Health*, 12(7), 901–903.
- Roj, K., Planinšec, J., & Schmidt, M. (2016). Effect of swimming Activities on the Development of swimming skills in student with Physical Disability–Case study. *The New Educational Review*, 46, 221-230.
- Seth, J. (1889). The Evolution of Morality. *Mind*, 53, 27-49.
- Srinivasan, S. M., Pescatello, L. S., & Bhat, A. N. (2014). Current perspectives on physical activity and exercise recommendations for children and adolescents with autism spectrum disorders. *Physical therapy*, 94(6), 875-889.

- Sugimoto, D., Bowen, S. L., Meehan, W. P., 3rd, & Stracciolini, A. (2016). Effects of neuromuscular training on children and young adults with down syndrome: systematic review and meta-analysis. *Research in developmental disabilities*, 55, 197–206.
- Toper, F., & Özpolat, A. O. (2023). Yaşlılıkta yaşam kalitesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 341-351.
- Tripp, F., Krakow, K. (2014). Effects of an aquatic therapy approach (Halliwick-Therapy) on functional mobility in subacute stroke patients: a randomized controlled trial. *Clin Rehabil* 28, 432–439.
- Türkiye Sağlıklı Kentler Birliği. (2008). Avrupa’da fiziksel aktivite ve sağlık: eyleme geçirecek kanıtlar. <http://www.skb.org.tr/wpcontent/uploads/2010/07/avrupafizikselaktivite.pdf> (25.05.2021).
- Url 1, (2024). Zihinsel engellilerde fiziksel aktivite, (Çevrim-içi: <https://corumism.saglik.gov.tr/TR,37619/zihinsel-engellilerde-fiziksel-aktivite.html>), TC Sağlık Bakanlığı Çorum İl Sağlık Müdürlüğü, Çorum. Erişim Tarihi: 02.08.2024.
- Url 2, (2024). Zihinsel Engellilerde Fiziksel Aktivite. T.C Sağlık Bakanlığı Çorum İl Sağlık Müdürlüğü: <https://corumism.saglik.gov.tr/TR,37619/zihinsel-engellilerde-fiziksel-aktivite.html> adresinden alındı. Erişim Tarihi: 10.10.2024.
- Utesch, T., Bardid, F., Büsch, D., & Strauss, B. (2019). The relationship between motor competence and physical fitness from early childhood to early adulthood: a meta-analysis. *Sports medicine*, 49, 541-551.
- Öztürk, Ö. (2010). *Su ile yapılan terapi çalışmalarının otistik engelli çocuklar üzerinde etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Yazıcı, A.G., Ogan, M., Öztürk, M. E., & Özdemir, K. (2019). Student attitudes towards basketball. *Journal of Physical Education Research*, 6(I), 42-48.
- Yücel, H. (2021). *Su içi rehabilitasyon*. In H. Yücel (Ed.), *Su içi aktivite ve egzersiz yöntemleri, su içi duyu bütünleme* (pp. 104-111). Ankara: Hipokrat Yayıncılık.
- Zanobini, M., & Solari, S. (2019). Effectiveness of the program "acqua mediatrice di comunicazione" (water as a mediator of communication) on social skills, autistic behaviors and aquatic skills in ASD children. *Journal of autism and developmental disorders*, 49(10), 4134–4146.

HER MESLEK VE UĞRAŞI EĞİTİMİNDE SANAT VE SPOR FAALİYETLERİNİN KİŞİLİK GELİŞİMİNE KATKILARI

Menduha SATIR KAYSERİLİ

Atatürk Üniversitesi, Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi,

Güzel Sanatlar Eğitimi

ORCID: 0000-0003-0899-1569

menduha.satir@atauni.edu.tr

Muhammet Emin KAYSERİLİ

Atatürk Üniversitesi, Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi,

Güzel Sanatlar Eğitimi

ORCID: 0000-0003-3072-2357

m.eminkayserili@atauni.edu.tr.

GİRİŞ

Bireyin kişilik gelişimine katkı sağlamak eğitimin temel hedeflerinden biridir. Kişiliğin gelişimde sanat ve spor faaliyetlerinin önemi çocuklar içinde gün geçtikçe artmaktadır.

Çocuk, duygu ve düşüncelerini, yeteneklerine uygun bir objektivasyon ile gerçekleştirirken hem gerilimlerinden kurtulur ve hem de yaratma arzusunu tatmin eder. Belki de evrensel ritme, bilmeyerek de olsa katkıda bulunur, onunla kendisi arasında empati (duygudaşlık) kurar. Çocuk bunu belki bilerek yapmaz (Boydaş, 1990). Bu nedenle yaratıcı ve üretken bireyler yetiştirebilmenin ön koşullarından bir olan sanat ve sporun kişilik gelişimine sunacağı katkıları dikkate almak gerekir. Bireyin kişilik gelişimine yön veren eğitim süreçlerinde sanat ve spor faaliyetleri ile ilgili bütün mesleki ve uğraşı alanlarında bilgi, beceri kazanımları son derece önemlidir. Bireyin sağlıklı kişilik gelişiminde önemli rol oynayan sanat ve spor faaliyetlerinden yararlanma ortamlarının hem eğitim-öğretim programları hem de hayatın her döneminde her yerde bulunması gerekmektedir. Bu amaç doğrultusunda bireyin ruhsal ve bedensel yönden gelişimine katkı sağladığı düşünülen sanat ve spor faaliyetlerinin bireye sağladığı kazanımları yadsınamaz. Bu nedenle gelişen ve değişen yaşam şartlarıyla birlikte sanat ve spor faaliyetleri de zaman içerisinde bireyin kişilik gelişimine sağladığı faydalarından dolayı dikkat çeken önemli konulardan birisidir.

Sporun bireylerin sosyal ve bireysel karakter gelişimi üzerinde olumlu etkileri vardır (Danacı 2008; Yazıcı ve ark., 2019). İnsanlar karakterlerini doğuştan getirmezler, bunun yerine karakter, yaşamları boyunca kazandıkları ve geliştirdikleri davranışların tümünü içerir (Özbey ve ark., 2014). Bu bağlamda gelişen yeni teknikler, malzemeler ve kitle iletişim araçları ile hemen hemen her kesimden insan bu konu hakkında bilgi sahibi olmaya başlamıştır. İnsanların zaman içinde sanat ve spor faaliyetleri ile ilgili bakış açılarının da değiştiği görülmektedir. Geçmişten bugüne değişen estetik bakış açıları ve sağlıklı yaşam anlayışı yerini yeni estetik arayışlara ve yeni sağlıklı yaşam biçimlerine bırakmaktadır. Yenedünya düzeni içinde sanatçının ve sporcunun tanımı sadece yetenekli insanlardan değil, iyi düşünen, özgün fikir üreten, araştıran ve yeni biçimler oluşturan, akılını ve mantığını iyi kullanarak özgün çalışmalar yapan, ürün veren insanlardan oluştuğu görülmektedir. Bu değişimin en önemli etkenlerinden biri olan teknoloji sayesinde sadece sanat ve spora ilgi duyan insanlar değil, daha kaliteli bir yaşam biçimi oluşturma adına konuda bilgi sahibi olan herkes ilgilenmektedir.



(Url 1, 2024)

Bugün gazetenin yanı sıra televizyon ve yeni iletişim teknolojilerinin desteği ile daha fazla bilgi kaynağına sahibiz (Url 2, 2004). Teknoloji aracılığıyla bireysel düşüncelerle başlayıp toplumsal bakış açısına yansıyan sanat ve spor faaliyetlerinin kişilik gelişimi üzerindeki etkileri, eğitimin her kademesinde bireylere sunulması gereken bir ihtiyaç olarak dikkate alınması önemlidir. Çünkü sağlıklı kişilik gelişimine sahip olan bireyler her meslek ve uğraşı alanında toplumsal işlevlerin yerine getirilmesinde karşımıza çıkacaklardır. Bu nedenle sadece bireysel değil toplumsal olarak ta sanat ve sporun faydaları her geçen gün daha çok önem kazanmaktadır. Günümüzde sanat ve spor farkındalığıyla ilgili bilginin ana kaynağı olan medya kitle iletişim araçları sayesinde anında ulaştığımız bilgilerle bu konular hakkında bilgi ve görüş sahibi olabiliyoruz.

Teknoloji sayesinde çağdaş anlayışla verilen sanat ve spor eğitimini kapsayan ilgi ve yönelimleri, hem kuramsal hem de uygulama boyutlarıyla araştırılabilmektedir. Bu araştırmalar sonucunda insanların daha bilinçli olarak düşüncelerini yeniden şekillendirerek estetik biçimler, üsluplar, sağlıklı yaşam biçimlerini tercih ettikleri görülmektedir. Bu değişimlerin insanlar üzerindeki etkileri, bireysel ve toplumsal olarak beslendikleri kaynakların etkisiyle birlikte kişilik ve toplumsal gelişimin önünü açmaktadır. İnsanlara kitle iletişim ve medya aracılığıyla sunulan sanat ve spor faaliyetlerinin faydaları hakkında

ulaştırılan bilgiler sayesinde daha akılcı bir tavırla hareket etmektedirler. Bütün bunlar yaşadığımız teknoloji çağının sağladığı olanaklar sayesinde hızlı bir şekilde yayılmakta ve insanlar tarafından takip edilmektedir. Bu avantaj ise bireylere sadece eğitim-öğretim süreci içinde değil bu konuyla ilgili uygun olan her ortamda sanat ve spor faaliyetlerinin farklı teknik ve yöntemlerle deneme özgüvenini sunmaktadır. Bu gelişmelerin kaynağı olan teknoloji araçlarıyla iletilen görüntüler, metinleri uluslararası platformda değişen ve gelişen düşünce yapısı ve bilgi alış verişini gerçekleştirilmektedir.

Bu bilgi alış verişinin bireyin kişiliği, insanın iç ve dış çevresiyle kurduğu ve kendini diğer insanlardan ayırt edici, tutarlı ve yapılaşmış bir ilişki biçimi olarak tanımlanmaktadır (Cüceloğlu, 2002).

Bu bağlamda sanat ve spor faaliyetleri ile yaşanan oyun ve haz duyguları bireysel gelişimin daha sağlıklı bir şekilde oluşmasına katkı sağladığı gerçeğini ortaya koymaktadır. Sanat ve spor genel olarak, belli kurallara göre bireysel veya gruplar halinde teorik ve uygulamalı teknik bilgi ve yöntemlerle yapılan çalışmalardır. Bu çalışmalar sırasında bireysel olarak duyulan hazzın sosyal gelişim ve iletişime etkileri önemlidir. Sanat ve spor faaliyetleri aracılığı ile bireyin duygularını daha rahat ifade etmesi sayesinde kendini gerçekleştirebilme şansını da yakalamış olmaktadır. Bireyin sanat ve spor faaliyetleri aracılığıyla kimseyle paylaşmadığı, bilinçaltı dünyasında biriktirdiği birçok duygu ve düşüncelerini, olumlu olarak yansıtması bağlamında sanat ve spor en önemli yöntemlerden biridir. Birey bu yöntemle enerjisinin dışavurumu ile ruhsal ve bedensel arınmayla sorunlarından kurtulmayı öğrenir. Böylece bireyin bu içsel duygu durumunu farkında olmadan sanat ve spor faaliyetleri aracılığıyla onarması, sadece fiziksel bir aktivite olmayıp aynı zamanda kişiliğini oluşturan, sosyalleşmesini sağlayan bir araçtır. O halde sanat ve spor faaliyetleri, bireyin etkileşim-iletişim, duygularının kontrolünü sağlamada önemli bir etkidir diyebiliriz. Öyle ki bireyde görülen saldırganlık, öfke, kıskançlık, utangaçlık, vb. duyguları kontrol sağlamasına yardımcı olduğu gerçeğini de kabul etmek gerekir. Bu nedenle bireyin kişilik gelişiminde bedensel ve duygusal dengesinin sağlanmasında sanatın ve sporun önemli rol oynadığı gerçekliği dikkate alınmalıdır. Çünkü sanat ve sporun aynı zamanda sinir sistemi üzerine olumlu etkiler yapması nedeniyle dengeli bir şekilde çalışmasını sağlamaktadır. Böylece birey sağlıklı ve dengeli bir kişiliğe sahip olmasıyla birlikte daha başarılı olma şansını yakalar. Ayrıca sanat ve spor faaliyetlerinin bireye pozitif duygular kazandıran özellikleri olduğunu da kabul edilmektedir. Sanat ve spor aktiviteleriyle beslenen bireylerin kişilik özelliği her ortamda, disiplinli çalışma, mücadele etme azmini de kazanmış olur. Bu şekilde yetiştirilen bireyler sağlıklı gelişen kişilikleri sayesinde kazanma, kaybetme, başkalarının duygu ve düşüncelerine saygı duymayı da öğrenirler. Bireyin kişiliğini geliştiren sanat ve spor faaliyetlerinin olumlu etkilerini kazandırmada izlenecek yol, sadece eğitim-öğretim süreci içinde değil tüm hayatı boyunca gerçekleştirebilecekleri ortamların sunulması gerekmektedir. Özellikle sanat ve spor aktiviteleri aracılığıyla bireyin bilgi, beceri gelişimi, sosyal değişimleri üzerine sağladığı katkılar nedeniyle de önemi dikkate alınmalıdır. Bu özelliği ise bireyin daha dışa dönük olmasının yanı sıra sosyal çevrelere uyum sağlamasını kolaylaştırmaktadır. Bu konuda bilinç düzeyi gelişmiş toplumların sanat ve spor faaliyetlerindeki plan ve programları önemsenmelidir. Bu faaliyetler aracılığıyla bireyin gelişimi üzerindeki etkileri göz önünde bulundurularak farklı ortamlarda, farklı kültürlerden gelen insanlarla iletişim kurması,

etkileşime girmesi fırsatları sunulmaktadır. Bu özelliği nedeniyle bile bireyin sanat ve spor aracılığıyla kurduğu arkadaşlık ilişkileri sayesinde sosyal yönden kaynaşmasına destek verilmelidir. Bu bağlamda bireyin bedensel ve ruhsal sağlığını koruması ancak sağlıklı bir kişilik gelişim sürecini gerçekleştirmesi ile mümkün olmaktadır. Sanat ve sporun kişilik gelişimi üzerindeki en önemli etkilerinden biriside, kendine güven kazanmasıyla birlikte sosyal ilişkilerinde de duygusal yönden daha dengeli davranışlar sergilediği gözlenmektedir.



(Url 3, 2024)

Bu nedenle Sanat ve spor yaşamın her alanında belli kurallar içerisinde birçok faktörün etkisi ve birçok faktörün de katkısıyla birlikte, bireyin kişilik gelişiminde yaratıcılığını ortaya çıkaran bir disiplin olarak ele alınabilir.

Kişilik, insanın iç ve dış çevresiyle kurduğu ve kendini diğer insanlardan ayırt edici, tutarlı ve yapılaşmış bir ilişki biçimi olarak tanımlanmaktadır (Cüceloğlu, 2002).

Bu bağlamda bireyin hangi meslek alanında olursa olsun kendi varlığını sürdürebilmesi açısından sanat ve spor eğitiminin önemi dikkate alınmalıdır. İnsanlar bütün dünyada uluslararası ilişkilerde kurdukları etkileşimin hızını birçok alanda kullanmaktadırlar. İnsanların yaşamında artan ihtiyaçlar, hızla gelişen teknoloji, değişen kriterler birçok nedenden dolayı meslekler arasında disiplinler arası bir bağın kurulmasını da beraberinde gerçekleştirmektedir. Bu durum artık birçok alanda olduğu gibi sanat ve spor alanında gerekmektedir. Sanat ve spor faaliyetleri her bireylerin yaratıcılığının gelişmesi, özgüven kazanması, sorması-sorgulaması, olaylara farklı açılardan bakması, estetik algının oluşması konularında da oldukça önemli faydalar sağlamaktadır. Özellikle bireyin ilgi alanları ve uğraşları hangi alanda olursa olsun sanat ve spor eğitiminin kazanımları göz ardı edilemez. Her bireyin sadece eğitimi süreci içinde değil tüm yaşamı boyunca sanat ve spor faaliyetleri ile ilgilenmesi gerekir. Bireysel gelişimde bu bilgi ve ilginin sağlıklı bir kişiliği oluşturmadaki en önemli etkenlerinden biri olan yaratıcılık ve üretkenlik özelliğidir. Bu ise bireyin sağlıklı ve başarılı bir yaşam biçimini oluşturtulmasını da doğrudan etkilediğini söyleyebiliriz. Sanat ve spor faaliyetlerinin bu konudaki gerekliliği, önemi aynı şekilde diğer meslek ve uğraşı alanlarındaki bireylere de kazandırılmalıdır. Sanat ve spor faaliyetleri aracılığıyla bireyin doğru yönlendirilmesi sayesinde şekillenen zihinsel ve bedensel gelişimi onun sadece yaratıcı, tasarımcı, estetik bakış açısını değil her yerde sağlıklı davranışlar sergilemesini de sağlayacaktır. Bu nedenle sanat ve spor faaliyetlerinin sadece eğitimdeki yeri ve önemi değil

her meslek ve uğraşı içindeki yeri ve gerekliliği ön planda tutulmalıdır. Sanat ve spor faaliyetlerinin alan bireylerin ruhsal ve bedensel gelişimindeki en belirgin özelliği, daha yaratıcı, tasarımcı, üretken bireyler olduğu konusunda bilimsel sonuçlar vardır. Bu açıdan ele alınıp değerlendirildiğinde, en kapsamlı mesleki alanlarda bile bireylerin başarılı ve yaratıcı olmasının temel nedeni, o bireylerin gelişiminde rastgelede olsa sanat ve sporla faaliyetleriyle ilgilenmelerinin gerçekliği bulunmaktadır. Başka bir deyişle, bireyler kişiliklerinin gelişimi sırasında öyle veya böyle, sanat ve spor eğitiminin temel estetik ve yaratıcı özelliklerinden faydalandıkları bir gerçektir. Sanat ve spor eğitimi her bireyin yaşam kalitesini artırmakta oldukça önemli bir etkidir; ancak, her bireye bu fırsat doğrudan verilmemektedir. Aslında insan normal yaşamında ve seçtiği mesleğinde yaratıcılığını geliştirecek sanat ve spor eğitimi bilgisine ihtiyaç duyulmakta; bu ihtiyaç yaratıcı, tasarımcı, düşünen, üreten bireylerin ortak paydası olan birçok mesleği ilgilendirmektedir. Yaratıcı, tasarımcı, bireyler yetiştirmenin ciddi bir sorumluluk gerektirdiği gerçeği, sanat ve spor eğitimi yoluyla her meslek için gerekli ve yeterli kazanımları göz ardı edilmemelidir. Sanat ve spor eğitimi alan bireyler her meslekte birçok farkındalık ve bilinç kazanmakta; sanat ve spor eğitimi programlarında bu faaliyetlerin önemi değişken bir biçimde yer alması gerekmektedir. Eğitime başlayan her bireyin yaşam kalitelerinin artırılması açısından sanat ve spor faaliyetleriyle donatılması, eğitim kurumlarının temel görevidir. Bu görev doğrultusunda yönlendirilen bireylerin yaşam kalitesinin artırılması ve seçtiği mesleki alanında donatılması son derece önemlidir. Birey mesleğini icra edeceği zaman sadece nelere ihtiyaç duyulacağı ile ilgili değil üretken ve daha verimli olmasına da katkılar sağlayacaktır. Bu nedenle sanat ve spor eğitimi programları aracılığıyla bu gereksinimlerin karşılanması açısından etkili bir yol haritası belirlenmelidir.

Günümüzün çağdaş eğitim anlayışı içinde sanat ve spor faaliyetlerinde bireylerin grup çalışmalarının sağladığı kazanımları, yapacakları her meslek için verimliliğine önemli katkılar sağlayacaktır. Bunun için sanat ve spor faaliyetleri yoluyla yapılan iş birliği sayesinde birçok disiplinden gelen bireylere, gerekli teknik ve yöntemlerin kazandırılması ile mümkün olabilmektedir. Bu durumda, çağdaş sanat eğitimi-öğretim sürecinde sürdürülen sanat ve spor faaliyetlerini salt biçimsel olarak değerlendirerek diğer disiplinlerden soyutlamak doğru değil; ayrıca sanat ve spor faaliyetlerini sadece kendi içinde ele almakta imkânsızdır. Bu nedenle Sanat ve spor eğitiminin temeline dayanan faaliyetler aracılığıyla daha donanımlı, çözüm üretebilen, analitik düşünebilen, estetik algısı yüksek, yaratıcılığı geliştirilebilen bireyler yetiştirilmesi hedeflenmelidir. Sanat ve spor faaliyetlerinin uygulamalarıyla bireylere kazandırılan donanım ve yeterlilik seçecekleri her meslek ve uğraşı için oldukça önemli bir yere sahiptir. Böylece birey yaşamı boyunca çalışmalarına olumlu katkılar sağlayacaktır.

Keten'e (1993) göre okulda spor, sosyalleşmenin en gerekli araçlarından biridir. Gelişim ve öğrencilerin toplumun yeni gereksinimlerine uyum sağlama yetenekleri bu yolla geliştirilebilir (Öztürk ve ark., 2019). bireylerin evdeki ve işteki sosyal davranışları üzerinde derin bir etkiye sahiptir (Özdemir ve ark., 2021). Spor, insanlık tarihi boyunca bireylerin yaşamında sürekli olarak önemli bir yer tutmuştur. Toplumsal ve kültürel gelişmelerle şekillenen spor, aynı zamanda farklı disiplinlerle etkileşim içinde bulunarak bu alanlardan etkilenmiş ve onları da etkilemiştir (Murathan ve Murathan, 2019).

Özellikle sanat ve spor faaliyetlerinin bir disiplin olarak, kişilik gelişimine kattığı birçok sanatsal ve estetik değerler açısından da farklı disiplinlerin anlayışından da

yararlanmaktadır. Disiplinler arası etkileşimde sanat ve spor eğitim-öğretimi içinde plastik, ritmik, işitsel, görsel, estetik, psikoloji, sosyoloji özel eğitim vb. birçok disiplinlerle iç içe olduğu gibi diğer disiplinler üzerinde de etkili bir role sahip olduğunu söyleyebiliriz. Bu nedenle birçok meslek ve uğraşıda eğitim alan bireylerin sanat ve spor faaliyetlerinden beslenmesi daha başarılı ve verimli olmaları konusunda son derece etkili sonuçlar ortaya koyacaktır. Bu bağlamda sanat ve spor faaliyetlerinin İnterdisipliner yaklaşımlara mesleklere kimlik oluşturmada güçlendirici etkisi de yadsınamaz bir gerçektir. İnsanlara bu faaliyetlerin sunduğu avantajlar ve bakış açısıyla yetiştirilse, her meslek ve uğraşı alanlarında fayda sağlayacak teknik ve yöntemlerle donatılırsa, kendi işini yapma konusunda da o kadar yetkin ve başarılı olacağı unutulmamalıdır. Böylece sanat ve spor faaliyetlerinin kazanımlarıyla şekillenen bireyler yapacağı uğraşı ve mesleklerin amacına katkı sağlayacak çok daha farklı bir fonksiyonel bakış açısı kazanacaklardır. Bu kazanımlar sayesinde bireyin kendini ifade etmesi, kişilik gelişimi, özgüveni kazanması, iletişim kurması üzerindeki olumlu etkilerini yapılan araştırmalarda ortaya koyulmaktadır.



(Url 4, 2024)

Bu bağlamda sanat ve spor faaliyetleri aracılığıyla bireyin kendine özgün yaratıcı, tasarımcı, estetik algıları geliştiren vb. birçok özelliğini geliştirmesinde yüksek oluşumları önemlidir. Bireyin sanat ve spor faaliyetleri aracılığıyla bedensel ve ruhsal yönden enerjisini verimli kullanması nedeniyle yaşam kalitesi ve mesleğindeki başarısı üzerinde etkin bir şekilde rol oynamaktadır. Sanat ve spor faaliyetleri alanında eğitim alan bireylerin diğer disiplinlerden gelen bireylerden daha bilinçli ve üretken olması açısından son derece önemlidir. Dünyada disiplinler arası yapılan çalışmalar gittikçe karmaşık bir hale gelmektedir. Bu karmaşıklık içinde yer alan bireylerin bilinç düzeyini geliştiren sanat ve spor faaliyetleri sayesinde, başarılarına katkı sağlayan disiplinli ve azimli olmaları büyük önem taşımaktadır.

Genel anlamda bakıldığında zaman birçok meslek ve uğraşı için eğitim programları hazırlanırken, özellikle sanat ve spor faaliyetlerinin önemi dikkate alınmamalıdır. Sanat ve spor faaliyetleri sadece fiziksel, plastik, ritmik, işitsel olarak algılanıp o yönde çalışmalarını yürüttüğü düşünülmektedir. Oysaki yaşamın her alanında yetenek ve yaratıcılık kavramları birçok disiplin alanında ve her yerde gerekli olan bu donanımlar, sanat ve spor faaliyetleriyle birlikte oldukça önemli hale gelmektedir. Aynı şekilde diğer disiplin alanlarındaki bireyler eğer eğitim-öğretim programlarında da sanat ve spor eğitimi almamış ise genellikle dışardan

görünmeyen sorunları bulunmaktadır. Bu bireyler ne kadar zeki ve başarılı olursa olsun mesleki arenada, aldığı unvanla, sağlıklı bir kişilik gelişimi yeterince örtüşmediği gerçekliği hep gizli kalmaktadır. Oysaki bireye sanat ve spor faaliyetlerinin kazandırdığı nitelik, teknik, donanım her açıdan daha verimli ve yeterli olacağı gerçeğini gündeme getirmektedir. Özellikle bireyin sağlıklı bir kişilik gelişimi için bu durumu göz önünde bulundurarak mesleki yeterliliğin gerçekleştirilmesinde sanat ve spor faaliyetlerine gereksinim duyulmalıdır. Bu nedenlerden dolayı birçok alan eğitimi programında da sanat ve spor faaliyetlerine olan gereksinimi nedeniyle yer verilmelidir. Ne yazık ki her bireyin sağlıklı kişilik gelişimi için sanat ve spor faaliyetlerine ihtiyacı olmasına rağmen, diğer disiplinlerin programlarında gerekli görülmediği de bilinmektedir. Bu nedenle sanat ve spor faaliyetlerinin disiplinler arası tüm programların kapsamı içinde bulunması gerekmektedir. Bu faaliyetler aracılığıyla bireyin sağlıklı kişilik gelişimine kazandırılan özellikler, her alanda eğitim gören bireyin yaşam kalitesini ve üretkenliğini destekleyen, başarılarını artıran pekiştirmeler olacaktır. Bu bakımdan bireylere her uğraşı ve meslekte kullanacağı gerekli olan bilgi ve yetilerin sanat ve spor eğitimi aracılığıyla kazandırılması şarttır. Bu çerçevede her bireye sanat ve spor eğitimi yoluyla sunulan bilgiler ve uygulamalı çalışmalar aynı ağırlıkta verilmesi önemli ve gereklidir. Çünkü her uğraşı ve mesleğin sadece görev olarak ele alınması doğru bir düşüncenin ürünü değildir. Bu tamamen bireylerin değişiminde ve gelişiminde rolleri gereği kişilik oluşumunu kurgulayarak verilmesi, sanat ve spor eğitiminin sunduğu farkındalıkla mümkün olabilecektir. Bu kurguda bireyin yaşam kalitesini, sosyal dengesini etkileyecek şekilde yapılan yanlış müdahaleler fazlasıyla büyük zararlara yol açabilmektedir.



(Url 5, 2024)

Bu gibi durumlar, diğer disiplin alanlarındaki bireylerin sanat ve spor eğitimi faaliyetlerinin eksikliği nedeniyle ortaya çıkan sorunlardır. Öncelikle bireyin kişiliğinde sağlıklı bir gelişime odaklanan sanat ve spor eğitimi, temelde yaratıcı, tasarımcı ilkeler doğrultusundaki sorunlar karşısında düşünen, soran, sorgulayan, çözümler üreten bir yapılanmayı gerekli kılar. Bu anlamda sanat ve spor faaliyetleri bireyin önüne çıkan problemler karşısında ne yapılması gerektiği konusundaki kontrolünü sağlamada daha olumlu sonuçlar ortaya koymasına katkı sağlayacaktır.

Sanat ve spor faaliyetlerinin İnsanlar arasında bir işbirliği, bir dayanışma oluşturmakla birlikte toplumsal bilinç düzeyinin artmasına katkı sağlamaktadır Bu faaliyetler aracılığıyla eğitsel,

kültürel, ekonomik sosyal açıdan toplumun şekillenmesinde önemli bir rol oynadığını kabul etmek gerekir. Bireyin sanat ve spor eğitimi yolu ile elde ettiği kazanımları sonucunda toplumsal yapının içindeki sisteme daha kolay uyum sağladığı görülmektedir. Bireylerin spor ve sanat faaliyetleri aracılığıyla birbirleriyle kurduğu etkileşimleri, iletişimleri sayesinde toplumsal ve toplumlararası ilişkilerin güçlenmesine katkı sağlamaktadır. Aynı zamanda bu tür faaliyetler bir milletin gelişmişlik düzeyini ortaya koyan önemli göstergelerden birisidir. Özellikle bu durum bir ülkenin kültürel, sosyal ve ekonomisinin ön plana çıkmasında oynadığı rol, o ülkenin hızlı bir şekilde değiştirmesine ve gelişmesine önemli katkılar sağlamaktadır.



(Url 6, 2024)

Teknolojik gelişmelerin insanlara sunduğu olanaklar sayesinde, dünya farklı boyutlara taşınmakta ve ülkeler uluslararası platformda birbirleriyle yarışmaktadırlar. Bir ülkenin daha iyi tanıtılmasında, ön plana çıkmasında sanat ve spor faaliyetleri son derece önemli bir yere sahiptir. Bu nedenle bireyler teknolojik gelişimleriyle şekillenen mesleklerini iyi icra edebilmeleri açısından, çağın sunduğu olanaklarla sanat ve spor faaliyetlerinin yenilenmesi için her türlü yatırımın yapılması gerekir. Teknolojik yeniliklerle yeterlilik kazanan bireyler çağa daha kolay uyum sağlayacaklardır. Bu gelişmeler sayesinde bireyler arasında paylaşılan bilgi alışverişi, yeni teknik ve yöntemlerin paylaşımı, iş bölümü, sorumluluk sahibi olma vb. birçok konuda uyumlu bir şekilde çalışmalarına katkı sağlayacaktır. Bireylerde geliştirilen sorumluluk bilincinin oluşmasında çağın yeni gelişmeleriyle şekillendirilmesi her meslek ve uğraşı alanında bilgilerin ve uygulamaların hedefine ulaşmasında kolaylık sağlayacaktır. Bu nedenle sanat ve spor faaliyetlerinin de bilgi aktarımında teknolojik gelişmeler aracılığıyla kurulan etkileşimler, her meslek ve uğraşı için oldukça önemlidir. Bireyin kişiliğinin oluşmasında öğrenilmiş davranışa dönüşen bu eylemler değer yargılarını güçlendirdiği gibi birçok sorunun da çözümüne katkı sağlamaktadır.

Sanat ve spor bireyin yaşamı anlamasına, hayatına yön vermesine, diğer disiplinlerle olan ilişkilerini, etkileşimini güçlendirmesine ve kültürel kimliğin oluşturulması üzerine oynadığı etkin rolü göz ardı edilemez. Sanat ve spor bir ülkenin kültür ögesi olmasının yanı sıra o kültürü zenginleştirerek farklı toplumlara aktarımını gerçekleştirmektedir. Toplamların geçmişten geleceğe yansıyan kültürel yaşamı her meslek ve uğraşıda yer alan bireylerin bilgi,

beceri ve davranışlarını biçimlendirmektedir. Sanat ve spor faaliyetlerinin yapıldığı ortamlar toplumsal ahlak ve değer yargılarının oluşumunda önemli işlevleri kapsamaktadır. Bireyleri ve toplumları biçimlendirme, değiştirme ve geliştirmede eğitim-öğretim planları ve programları son derece etkilidir. Eğitimin içinde yer alması gereken sanat ve spor faaliyetleri bireyin kişiliğini oluşturan, davranışlarında bilinçli bir değişimin gerçekleşmesine katkı sağlayan en önemli etkenlerden biridir. Bireyin kişilik gelişimine olumlu yönde katkı sağlayıp geliştiren bu faaliyetler sayesinde birey hangi mesleği ve işi yaparsa yapsın daha mutlu ve başarılı olma şansını yakalar. Mutlu ve sağlıklı bireylerden oluşan toplumların yaşamında ise barışın ve özgürlüğün temelini güçlendiren sanatın ve spor faaliyetleri büyük önem taşımaktadır. Gerek eğitimde gerekse sosyal yaşam içinde olsun sanat ve spor faaliyetlerinin sanat, spor ve kültür politikalarıyla desteklenmesi konusunda her türlü yatırımın yapılması gerekir. Uluslararası düzeyde gelişmiş toplumlar özellikle sanatın ve sporun toplumsal kalkınmadaki rolünü ön planda tutmaktadırlar. Bireyin kişiliğini geliştiren, güçlendiren davranışlar kazandırmak için sanat ve spor faaliyetlerinden yararlanması konusunda amaçlı ve planlı programların yapılması önemlidir. Bu faaliyetler hem kültürel değerlerin kuşaktan kuşağa aktarılmasında hem de kültürler arası ilişkilerin geliştirilmesinde de önemli rol oynamaktadır. Bu bakımdan sanatın ve sporun dili evrensel bir işleve sahiptir. Uluslararası sanat ve spor platformlarında çok farklı kültürlere, dillere, inançlara sahip olan insanları bir araya getiren bu evrensel dil sayesinde insanlar duygu, düşüncelerini paylaşabilmektedirler. İster ulusal isterse uluslararası düzeyde olsun bu paylaşım ve dayanışma coşkusu toplum, ulus sevgisini güçlendirmektedir. Bireyi sanat ve spor faaliyetleri aracılığıyla yaşadığı duygu ve düşünceleri ile belli kurallar, amaçlar doğrultusunda her meslek ve uğraşda başarılı olma gücüne sahip ve ülkesine faydalı bir birey olmaktadır. Diğer disiplinlerde eğitim gören bireylerinde aynı şekilde sanat ve spor faaliyetlerinden beslenmesi, disiplinler arası çalışmaların geliştirilmesini kolaylaştıracaktır. Bireyler arasında bu yolla kurulan etkileşimler, iletişimler birbirleriyle iş birliği içinde çalışacakları ortamının oluşmasında önemli bir etkidir. Sanat ve spor bireyin günlük yaşamı içinde eğlenip, rahatça kendinin ifade etmesinin yanı sıra, küresel boyutlarda da farklı ulusların birbirleriyle etkileşimlerinin güçlü olmasına katkı sağlamaktadır. Sanat ve sporun küreselleşme sürecinde oynadığı etkin rol uluslararası platformda etkili işleri ve işlevleriyle ön plana çıkmaktadır. Bu işlevselliğinin özelliğiyle her ulus, toplumsal, sosyal ve kültürel değerlerini şekillendirmektedir. Sanat ve sporun geniş kitlelere ulaşması sayesinde millî ve manevi duyguları harekete geçirmektedir. Özellikle bireylerin sanat ve spor faaliyetleri aracılığıyla, bir toplumu birleştiren yapısıyla ortaya çıkan birlik ve bütünlüğü içinde barındırmaktadır. Uluslararası düzeyde bireyler sanat, sporun coşkusuyla yaşamaları, iletişimlerini, etkileşimlerini ortaya koymaktadır. Bireyin sanat ve spor faaliyetleri ile sağlıklı ve başarılı bir kişilik gelişimin sağlanması sayesinde, toplumsal, sosyal, kültürel yönüyle de her meslek ve uğraşının hedefe ulaşmada başarılı olmasına katkılar sağlamaktadır.

SONUÇ

Sanat ve spor eğitimi bireyin kişiliğinin oluşum sürecinde bedensel, zihinsel ve duygusal gelişimine katkı sağlayan önemli etkenlerden birisidir. Sanat ve spor faaliyetleri aracılığıyla bireyin bilişsel, duyuşsal ve psikomotor becerilerine yönelik verilen bilgilerin ve

uygulamaların sadece eğitimin hedeflerine yönelik değil tüm yaşam süreci içinde yer verilmelidir. Bireyin kişilik gelişiminde sanat ve spor faaliyetleri aracılığıyla kazandırılan yetenekleri bağlamında her meslek ve uğraşı için nitelikli bilgi, beceri yetilerine katkı sağlaması hedeflenmektedir. Bu bağlamda bireyin yetenekleri, yaratıcılık düzeyi, bilgi ve deneyimlerini sanat ve spor faaliyetleri ile geliştirilmesi daha kolay sağlanabilmektedir. Sanat ve spor faaliyetlerinin sadece eğitim süreci içinde değil bu eksikliğin yaşam süreci içinde giderilmesiyle sağlaması dikkate alınmalıdır. Böylece sanat ve spor eğitiminin her meslek ve uğraşı için yaşamla bütünleşmesi anlamında bireysel ve toplumsal bakış açısı büyük ölçüde değiştirecektir. Yaşadığımız teknoloji çağında insanlar kitle iletişim araçları sayesinde sanat ve spor konusunda birçok bilgi ve deneyim kazanmaktadırlar. İnsanların bu konuda bilinç düzeyi yükseldikçe beden ve ruh sağlığını korumak için ilgilerini bu yönde artırmaktadırlar. Bu nedenle sanat ve spor faaliyetlerine olan yönelimleri, hızla gelişen teknolojiyle birlikte daha da önem kazanmaktadır. İnsanlar beslendikleri bu kaynaklardan kendilerine sunulan sanat ve spor faaliyetlerinin faydalarını bilerek akılcı bir tavırla hareket etmektedirler. Eğitim-öğretim süreci içinde de sanat ve spor faaliyetlerinin her meslek ve uğraşı için bireysel gelişime olan katkıları daha sağlıklı bir şekilde gerçekleştirebilmesine imkân verilmektedir. Sanat ve spor faaliyetleri sadece fiziksel bir aktivite olmayıp, aynı zamanda zihinsel ve sosyal gelişimi içinde oldukça önemlidir. Bu nedenle her bireyin sadece eğitim-öğretim süreci içinde değil tüm yaşamı boyunca sanat spor faaliyetleri içinde yer alması son derece önemlidir. Sanat ve spor faaliyetlerinin kişisel gelişime sağladığı katkıların yanı sıra sosyal çevrelere uyum sağlamasını iletişim kurması yine her meslek ve uğraşının amacına ulaşmasını kolaylaştırmaktadır. Özellikle bilinç düzeyi gelişmiş toplumlarda sanat ve spor faaliyetlerinin bireyin gelişimi üzerindeki etkilerinin farkındalığıyla bu konuda her türlü yatırımı yapmaktadırlar. Bu bağlamda bireyin hangi meslek ve uğraşı alanında bulunursa bulunsun farklı disiplin alanlarında da sanat ve spor eğitiminin önemi dikkate alınmalıdır. İnsanların artan ihtiyaçları, hızla gelişen teknoloji, değişen kriterler vb. nedenlerden dolayı meslek ve uğraşları için disiplinler arası alanlarında da sanat ve spor faaliyetleri aracılığıyla kendilerini geliştirmelerinin önemi dikkate alınmalıdır. Bireyin özellikle yapacağı her meslek ve uğraşı için yaratıcılığının gelişmesi, özgüven kazanması, sorması-sorgulaması, olaylara ve olgulara farklı açılardan bakması, estetik anlayışının oluşması konularında da sanat ve spor faaliyetlerinin kazanımları son derece önemlidir. Bu nedenle bireyin ilgi alanı, meslek ve uğraşları ne olursa olsun sanat ve spor faaliyetleri ile ilgilenmesi verimliliğini artırmada da önemli bir rol oynamaktadır. Her meslek ve uğraşı için sanat ve spor faaliyetlerinin her bireyin yaşamındaki gerekliliği, önemi, yeri bireyin doğru yönlendirilmesi oldukça önemlidir. Bu nedenle bireyin sağlıklı zihinsel ve bedensel gelişimi, yaratıcı, tasarımcı, estetik bakış açısıyla yetiştirilmesi sadece sağlıklı bir yaşam biçimi oluşturması için değil her meslek ve uğraşıda da mutlu ve başarılı olmasını sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

Boydaş, N. (1990). *Resim öğretimi nasıl geliştirilebilir? Ortaöğretim kurumlarında resim öğretimi ve sorunları* Ankara: TED Yayınları.

Cüceloğlu, D. (2002). *İnsan ve davranışı*, 10. Baskı, Remzi Kitapevi: İstanbul.

- Danacı M. (2008). *Adana ilinde farklı tipteki liselerde öğrenim gören adolesan dönemi sedanter ve spor yapan erkek öğrencilerin spora yaklaşımı, fiziksel yapıları ve fizyomotorik özelliklerinin saptanması*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Keten, M. (1993). *Sports in Turkey*. İstanbul: Polat Offset.
- Murathan T., & Murathan F. (2019). Spor sektöründe blok zinciri uygulamaları, *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1): 64-74.
- Özbey, S., Türkoğlu, D., & Büyüktanır Buldur, A. (2014). Okul öncesi öğretmenlerinin karakter eğitimi yetkinlik inançlarının öğretmenlerin çocuk sevme düzeyleri ve bazı değişkenler ile ilişkisinin incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 12(27), 323-344.
- Özdemir, K., Yazıcı, A. G., Öztürk, M. E., & Oğan, M., (2021). Exploring of table tennis trainers 'attitudes towards athletes' use of doping. *Social Mentality and Researcher Thinkers Journal (Smart Journal)*. 7(40). pp:42-47.
- Öztürk, M. E., Yazıcı, A. G., Özdemir, K., & Ogan, M. (2019). Attitudes of 11-15 years old students towards physical education course. *Journal of Physical Education Research*, 6(I), 24-28.
- Url 1, <https://www.google.com/search?>, Erişim Tarihi: 16.08.2024
- Url 2, McCombs, <https://www.onlinefotokopi.com/aof-ders-kitaplari> Erişim Tarihi: 10.10.2024.
- Url 3, <https://www.google.com/search?>, Erişim Tarihi: 16.09.2024.
- Url 4, <https://www.google.com/search?>, Erişim Tarihi: 22.10.2024.
- Url 5, <https://www.google.com/search?> Interactive digital art installation immerses, Erişim Tarihi: 05.10.2024.
- Url 6, <https://www.iienstitu.com/blog/is-hayatinda-ve-egitimdebasari>. Erişim Tarihi: 05.09.2024.
- Yazıcı, A.G., Ogan, M., Öztürk, M. E., & Özdemir, K. (2019). Student attitudes towards basketball. *Journal of Physical Education Research*, 6(I), 42-48.

E-SPOR ETKİNLİKLERİNİN LOJİSTİK YÖNETİMİ: BAŞARI İÇİN STRATEJİK YAKLAŞIMLAR

Burak Erdinç ASLAN

Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum.

ORCID: 0000-0002-6228-1392

erdinc.aslan@atauni.edu.tr

Giriş

Bu çalışma, Türkiye'deki e-spor etkinliklerinde karşılaşılan lojistik sorunlar ve bu sorunlara yönelik önerilen çözümleri incelemektedir. E-spor etkinlikleri, altyapı eksikliklerinden lojistik planlama zorluklarına kadar bir dizi engelle karşılaşmaktadır. Bu sorunlar arasında ekipman temini, teknolojik yetersizlikler, e-spor turizminin zayıf gelişimi ve sponsorluk finansman sıkıntıları yer almaktadır. Çözüm önerileri arasında özel altyapı geliştirilmesi, lojistik yönetiminin profesyonelce yapılması, etkinlik tanıtımlarının artırılması ve sponsorluk anlaşmalarının güçlendirilmesi bulunmaktadır. Uluslararası literatürle karşılaştırıldığında, Türkiye'nin yerel koşulları ve ihtiyaçları doğrultusunda stratejik planlamaların yapılması gerektiği vurgulanmaktadır (Akgöl, 2019; Flegr ve Schmidt, 2022; Herold ve ark., 2020). Bu bulgular, e-spor sektörünün gelişmesi için gereken lojistik çözümler konusunda önemli ipuçları sunmaktadır.

E-spor, günümüzde hızla büyüyen bir sektör olarak yalnızca dijital bir eğlence biçimi değil, aynı zamanda küresel ölçekte milyonlarca dolar değerinde bir ekonomi ve sosyal etkileşim platformu haline gelmiştir. Bu sektör, organizasyonlardan sponsorluk anlaşmalarına, medya haklarından profesyonel oyuncu transferlerine kadar geniş bir ekosistemi kapsamakta ve her geçen gün daha fazla izleyici kitlesine ulaşmaktadır. E-spor etkinlikleri, özellikle uluslararası turnuvalar, yalnızca katılımcılar ve izleyiciler için değil, aynı zamanda bölgesel ekonomiler ve işletmeler için de büyük bir değer yaratmaktadır (Hedlund ve ark., 2020; Yükçü ve Kaplanoğlu, 2018).

Bu bağlamda, e-spor etkinliklerinin başarılı bir şekilde organize edilebilmesi için lojistik yönetiminin önemi ön plana çıkmaktadır. Bir e-spor etkinliği, yalnızca profesyonel oyuncuların ve ekipmanların bir araya getirilmesini değil, aynı zamanda yüksek hızlı internet altyapısından izleyici deneyiminin iyileştirilmesine, taşımacılıktan mekan düzenlemesine kadar çok çeşitli operasyonel süreçleri içerir. Etkinliklerin sorunsuz bir şekilde yürütülmesi, lojistik yönetimi süreçlerinin detaylı bir şekilde planlanmasına ve uygulanmasına bağlıdır (Formosa ve ark., 2022; Url,1).

E-sporun doğası gereği, teknik altyapıya olan bağımlılığı ve dijitalleşmenin hızla ilerlemesi, lojistik yönetimi için benzersiz zorluklar ve fırsatlar sunmaktadır. Özellikle uluslararası

düzeyde düzenlenen büyük turnuvalarda, ekipmanların taşınması, oyuncuların ve personelin ulaşımı, gümrük işlemleri ve etkinlik sırasında olası teknik aksaklıkların yönetimi gibi konular kritik öneme sahiptir. Ayrıca, izleyici deneyimini artırmak için teknolojinin etkin kullanımı ve etkinlik sonrası süreçlerin değerlendirilmesi gibi unsurlar da lojistik yönetiminin kapsamına dahildir (Herold ve ark., 2020; Pott ve ark., 2023).

Sonuç olarak, bu çalışma, e-sporun Türkiye'deki gelişimine katkı sunmayı ve gelecekteki organizasyonlar için bir rehber niteliği taşımayı amaçlamaktadır. E-spor etkinlikleri, hem ekonomik hem de kültürel boyutlarıyla spor endüstrisinin önemli bir parçası haline gelirken, lojistik süreçlerin etkin bir şekilde yönetilmesi, bu sektörün sürdürülebilir büyümesi için bir gereklilik haline gelmiştir.

E-sporun yükselişi ve ekonomik etkisi

E-spor, son yıllarda hızla büyüyerek geleneksel spor dallarına benzer bir ekonomik ekosistem oluşturmayı başarmıştır. 2000'li yılların başında küçük çaplı çevrimiçi turnuvalarla başlayan bu sektör, 2020'li yıllara gelindiğinde uluslararası arenada milyonlarca izleyiciyi bir araya getiren dev organizasyonlara dönüşmüştür. Teknolojinin gelişimi, dijital oyunlara olan ilginin artması ve internet erişiminin yaygınlaşması, e-sporun hızlı yükselişinde etkili olmuştur. Özellikle Twitch, YouTube Gaming gibi canlı yayın platformlarının ve sosyal medyanın yaygın kullanımı, e-sporun küresel erişimini artırarak geniş bir izleyici kitlesine ulaşmasını sağlamıştır (Bilir, 2022; Hamari ve Keronen, 2017; Hofmann ve Camara, 2024; Murathan, 2024; Kara, 2024; Url, 2).

Ekonomik açıdan bakıldığında, e-spor sektörü milyarlarca dolarlık bir değere sahiptir. Newzoo gibi araştırma şirketlerinin raporlarına göre, e-spor pazarının gelirleri her yıl %10'un üzerinde bir büyüme göstermektedir. Bu gelirlerin büyük bir kısmı sponsorluk anlaşmalarından, yayın haklarından, bilet satışlarından ve oyun içi satın alımlardan elde edilmektedir. Örneğin, büyük turnuvalar, yüz binlerce dolarlık ödül havuzları ve yüksek izleyici katılımı ile hem sporculara hem de organizatörlere büyük kazançlar sağlamaktadır (Taylor, 2015; Demir ve Sertbaş, 2020; Url, 2).

E-sporun ekonomik etkileri sadece organizasyon gelirleriyle sınırlı değildir. Bu sektör, yan endüstrilere de büyük katkılar sağlamaktadır. Donanım ve yazılım üreticileri, oyun geliştiricileri, medya şirketleri ve lojistik firmalar, e-spor ekosisteminin önemli parçalarıdır. Ayrıca, e-spor turizmi, etkinliklerin düzenlendiği şehirlerde otel, restoran ve ulaşım sektörlerinde önemli ekonomik hareketlilik yaratmaktadır. Örneğin, uluslararası bir e-spor turnuvası, yalnızca etkinlik günü değil, haftalar öncesinden şehir ekonomisine katkı sunmaktadır (ve ark., 2021; Keçeci ve Çelik, 2021; Kocadağ, 2017; Yıldırım ve Tamer, 2022).

Türkiye özelinde de e-sporun yükselişi dikkat çekicidir. Türkiye, genç nüfus yapısı ve dijital oyunlara olan yüksek ilgisi sayesinde e-spor alanında hızlı bir gelişim göstermiştir. Birçok yerel ve uluslararası organizasyona ev sahipliği yapan Türkiye'de, Galatasaray ve Fenerbahçe gibi köklü spor kulüpleri dahi e-spor takımları kurarak bu sektöre dâhil olmuşlardır. Ayrıca, devlet teşvikleri ve özel sektör yatırımlarıyla Türkiye'deki e-spor ekosistemi hızla büyümekte

ve uluslararası arenada daha fazla temsil edilmektedir (Bilir, 2022; Demir ve Sertbaş, 2020; Özenç ve Yörük, 2021).

Sonuç olarak, e-sporun ekonomik etkisi, sadece sporcular ve organizasyonlarla sınırlı olmayıp, çok daha geniş bir yelpazeye yayılan bir ekonomik değer yaratmaktadır. Bu durum, e-sporun yalnızca bir eğlence aracı değil, aynı zamanda sürdürülebilir bir ekonomik sektör olduğunu göstermektedir (Aydın ve Ataçoğlu, 2022).

Lojistik yönetiminin e-spor etkinliklerindeki önemi

E-spor etkinlikleri, diğer spor dallarından farklı olarak, yoğun teknik gereksinimler ve dijital altyapıya olan yüksek bağımlılık ile dikkat çeker. Bir e-spor etkinliğinin başarısı, yalnızca katılımcıların ve izleyicilerin katılımıyla değil, aynı zamanda etkinlik sürecindeki lojistik operasyonların etkin bir şekilde planlanması ve yönetilmesiyle doğrudan ilişkilidir. Bu nedenle lojistik yönetimi, e-spor organizasyonlarının temel taşlarından biri olarak öne çıkar (Şimşek ve Devecioğlu, 2021; Pott ve ark., 2023).

1. Teknik Altyapının Planlanması ve Yönetimi

E-spor etkinlikleri, yüksek hızda internet bağlantısı, düşük gecikme süreleri, güçlü donanımlar ve yedekleme sistemleri gibi kapsamlı teknik gereksinimlere sahiptir. Etkinlik sırasında meydana gelebilecek en küçük bir teknik aksaklık, hem katılımcı deneyimini hem de organizatörlerin itibarını olumsuz etkileyebilir. Bu nedenle, lojistik yönetimi, teknik ekipmanların temini, kurulumu ve sürekli işleyişini sağlamak için hayati bir rol oynar.

2. Mekân Seçimi ve Düzenlemesi

E-spor etkinliklerinin düzenleneceği mekânlar, oyuncuların, teknik ekipmanların ve izleyicilerin ihtiyaçlarını karşılayabilecek şekilde planlanmalıdır. Mekânın yeterli elektrik altyapısı, havalandırma sistemi ve ses/ışık düzenlemelerine sahip olması gerekir. Ayrıca, izleyiciler için fiziksel ve dijital alanların optimizasyonu, lojistik yönetiminin önemli bir parçasıdır.

3. Taşımacılık ve Tedarik Zinciri Yönetimi

Büyük e-spor etkinlikleri, oyuncuların, ekipmanların ve destek ekiplerinin farklı ülkelerden taşınmasını gerektirir. Uluslararası organizasyonlarda gümrük işlemleri, ekipmanların taşınması ve zamanında teslim edilmesi gibi lojistik süreçlerin koordinasyonu büyük bir önem taşır. Ayrıca, etkinlik sırasında ihtiyaç duyulan yiyecek-ıçecek, teknik malzemeler ve diğer lojistik destek unsurlarının temini, etkinliğin başarısında kritik rol oynar.

4. İnsan Kaynağı Yönetimi

Lojistik yönetimi, yalnızca fiziksel ekipmanların değil, aynı zamanda etkinlik sırasında görev alacak ekiplerin ve personelin koordinasyonunu da içerir. Teknik ekipler, yayın ekibi, güvenlik görevlileri ve diğer destek personellerinin görev dağılımı ve iş süreçlerinin etkin bir şekilde yönetilmesi, sorunsuz bir etkinlik için gereklidir.

5. İzleyici Deneyiminin İyileştirilmesi

E-spor etkinlikleri, hem fiziksel hem de dijital izleyicilere hitap eder. İzleyicilere kaliteli bir deneyim sunabilmek için sahne tasarımı, ekran yerleşimi, oturma düzeni ve ses-ışık yönetimi

gibi unsurların lojistik planlaması titizlikle yapılmalıdır. Ayrıca, çevrimiçi izleyiciler için sorunsuz yayın akışı sağlamak da lojistik operasyonların kapsamındadır.

6. Acil Durum ve Kriz Yönetimi

Lojistik yönetimi, beklenmedik durumlara hazırlıklı olmayı ve kriz anlarında hızlı çözüm üretebilmeyi de kapsar. Elektrik kesintisi, internet bağlantı sorunları veya ekipman arızaları gibi teknik aksaklıkların yanı sıra, katılımcı güvenliğiyle ilgili riskler de etkin bir kriz yönetimi gerektirir.

7. Sürdürülebilirlik ve Etkinlik Sonrası Yönetim

E-spor etkinliklerinin lojistik yönetimi, yalnızca etkinlik süreciyle sınırlı değildir. Etkinlik sonrası alanların temizliği, ekipmanların geri taşınması ve atık yönetimi gibi süreçler de sürdürülebilir bir yaklaşımın parçasıdır.

Lojistik yönetiminin e-spor etkinliklerindeki önemi, yalnızca organizasyonun başarısını değil, aynı zamanda katılımcı ve izleyici memnuniyetini de doğrudan etkiler. Bu nedenle, etkinlik planlamasının her aşamasında lojistik süreçlerin titizlikle ele alınması, sektördeki rekabet avantajını artırmak için kritik bir faktördür (Hedlund ve ark., 2020).

E-Spor Etkinliklerinin Lojistik Gereklilikleri

E-spor etkinliklerinin lojistik gereklilikleri, sektöre özgü dinamikler ve teknolojik bağımlılıklar nedeniyle oldukça karmaşık bir yapıya sahiptir. İlk olarak, teknik altyapı bu etkinliklerin temelini oluşturur. Yüksek hızlı ve düşük gecikmeli internet bağlantısı, güçlü sunucular, profesyonel düzeyde oyun bilgisayarları ve yedekleme sistemleri, etkinlik sırasında kesintisiz bir deneyim sağlamak için kritik öneme sahiptir. Bunun yanında, mekan düzenlemesi de etkinliğin başarısında önemli bir rol oynar. Etkinlik alanının yeterli elektrik altyapısı, havalandırma, ses ve ışık sistemleri gibi ihtiyaçları karşılaması gerekirken, hem oyuncuların hem de izleyicilerin konforunu sağlayacak düzenlemeler yapılmalıdır. E-spor etkinlikleri genellikle uluslararası katılıma açık olduğundan, ekipmanların taşınması, oyuncuların ve teknik ekiplerin seyahati ile gümrük işlemleri gibi taşımacılık ve tedarik zinciri süreçleri titizlikle yönetilmelidir. Ayrıca, canlı yayın platformları üzerinden geniş bir kitleye ulaşmak için yüksek kaliteli yayın ekipmanları ve altyapıları kurulmalıdır. Bu süreçlerin tamamı, izleyicilerin, oyuncuların ve organizatörlerin memnuniyetini sağlamak ve e-spor etkinliklerini uluslararası standartlara uygun bir şekilde gerçekleştirmek için detaylı bir lojistik planlama gerektirir (Flegr ve Schmidt, 2022; Pott ve ark., 2023).

Teknik altyapı (internet, donanım ve yazılım)

E-spor etkinliklerinde **teknik altyapı**, başarılı bir organizasyonun temel taşıdır ve üç ana başlıkta ele alınır: internet, donanım ve yazılım.

1. **İnternet Altyapısı:** E-spor etkinliklerinde yüksek hızlı, düşük gecikmeli (low latency) internet bağlantısı kritik öneme sahiptir. Online turnuvalarda milisaniyelik gecikmeler bile oyuncuların performansını etkileyebilir. Etkinlik alanlarında güvenilir bir bağlantı sağlamak için fiber optik altyapılar, yedek bağlantılar ve yüksek bant genişliği gereklidir. Ayrıca, yayın platformlarına sorunsuz veri akışı için geniş bir çıkış kapasitesi sunulmalıdır.

2. **Donanım Gereklilikleri:** Profesyonel düzeyde bilgisayarlar, monitörler, ağ ekipmanları ve oyun konsolları e-sporun temel bileşenleridir. Bilgisayarlar, üst düzey grafik kartları, işlemciler ve yeterli soğutma sistemleriyle donatılmalı; monitörler, yüksek yenileme hızları (144 Hz ve üstü) ve düşük tepkime süreleri sağlamalıdır. Ayrıca, yedek donanım seçeneklerinin bulundurulması olası arızaların hızla çözülmesi için gereklidir.
3. **Yazılım ve Sistem Yönetimi:** Oyunların çalıştırılmasında kullanılan yazılımlar, turnuva düzenleme araçları ve izleyici deneyimini artıran yayın sistemleri önemli bir rol oynar. Sunucu yazılımları, oyuncular için eşit bir oyun deneyimi sunmak adına optimize edilmelidir. Bunun yanında, anti-hile yazılımları ve güvenlik protokolleri, rekabetin adil şekilde sürdürülmesini sağlar.

Teknik altyapının bu unsurları, hem oyuncuların hem de izleyicilerin deneyimini iyileştirerek e-spor etkinliklerinin başarıya ulaşmasını sağlar (Flegr ve Schmidt, 2022; Url, 2; Pott ve ark., 2023).

Mekan seçimi ve düzenleme

E-spor etkinliklerinde **mekan seçimi ve düzenleme**, hem oyuncular hem de izleyiciler için sorunsuz ve etkileyici bir deneyim sunulması açısından kritik öneme sahiptir. Mekan düzenlemesi şu başlıklar altında genişletilebilir (Pott ve ark., 2023; Scholz, 2019; Taylor, 2015):

1. **Teknik Altyapı Uygunluğu:** Mekanın yüksek hızlı internet altyapısı, yeterli elektrik kapasitesi ve güçlü havalandırma sistemine sahip olması gereklidir. Ayrıca, elektrik kesintilerine karşı yedek jeneratörler ve UPS sistemleri bulunmalıdır.
2. **Alan Düzeni:** Oyuncular için ergonomik ve teknik gerekliliklere uygun oyun alanları tasarlanmalıdır. İzleyiciler için geniş oturma alanları, sahne görüş açısı ve büyük ekranlar gibi unsurlar dikkatle planlanmalıdır. Ayrıca VIP alanları ve etkinlik sponsorları için özel bölümler ayrılabilir.
3. **Erişilebilirlik:** Mekân, hem yerel hem de uluslararası katılımcılar için kolay ulaşılabilir bir konumda olmalıdır. Ulaşım, otopark olanakları ve konaklama yakınlığı lojistik planlamada önemli yer tutar.
4. **Estetik ve Atmosfer:** Mekânın görsel ve akustik tasarımı, etkinlik temasına uygun bir atmosfer yaratmalıdır. Sahne ışıklandırması, ses sistemleri ve dijital ekranların kullanımı, izleyicilere etkileyici bir deneyim sunar.
5. **Güvenlik ve Konfor:** Katılımcıların güvenliğini sağlamak için yangın çıkışları, güvenlik ekipleri ve ekipmanların korunmasına yönelik önlemler alınmalıdır. Ayrıca izleyiciler için konforlu oturma düzeni, yiyecek-içecek stantları ve dinlenme alanları sağlanmalıdır.
6. **Sürdürülebilirlik:** Çevresel etkileri azaltmak için enerji tasarruflu ekipmanlar, geri dönüşüm kutuları ve atık yönetimi gibi uygulamalar önemlidir.

Katılımcı ve ekipman taşımacılığı

E-spor etkinliklerinde **katılımcı ve ekipman taşımacılığı**, organizasyonun başarısı için titizlikle planlanması gereken önemli bir lojistik unsurdur. Bu süreç aşağıdaki detaylarla genişletilebilir (Flegr ve Schmidt, 2022; Pott ve ark., 2023; Scholz, 2019).

1. **Oyuncu ve Takım Taşımacılığı:** Uluslararası turnuvalarda oyuncuların, antrenörlerin ve destek ekiplerinin kolayca seyahat edebilmesi için uçak, tren veya otobüs rezervasyonları önceden yapılmalıdır. Vize işlemleri ve gümrük prosedürleri organize edilmelidir. Özellikle uzun seyahatlerde oyuncuların dinlenmesi için konforlu çözümler sunulmalıdır.
2. **Ekipman Taşımacılığı:** Profesyonel oyuncular, kendi oyun ekipmanlarını (klavye, mouse, kulaklık vb.) yanlarında getirebilir. Bunun yanı sıra, organizasyonun sunduğu sistemler de taşınabilir olmalıdır. Hassas ekipmanlar için özel taşıma kutuları, darbe emici ambalajlar ve sigorta işlemleri düzenlenmelidir. Ayrıca, gümrükten geçiş süreci sırasında eksiksiz dokümantasyon sağlanmalıdır.
3. **Yerel Lojistik Destek:** Etkinlik alanında, ekipmanların hızlı ve güvenli bir şekilde kurulumu için yerel lojistik ekipleriyle çalışılmalıdır. Oyuncuların ulaşımını kolaylaştırmak için özel araçlar veya servisler tahsis edilmelidir.
4. **Yedekleme ve Acil Durum Planlaması:** Ekipman kaybı, hasar ya da gecikme gibi durumlara karşı yedek ekipman bulundurulmalı ve alternatif lojistik planlar hazırlanmalıdır.
5. **Çevre Dostu Taşımacılık:** Karbon ayak izini azaltmak için toplu taşıma tercihleri, elektrikli araç kullanımı ve geri dönüşümlü ambalaj malzemeleri gibi sürdürülebilir taşımacılık çözümleri uygulanabilir.

Etkinlik Planlama Süreci

E-spor etkinliklerinin **planlama süreci**, detaylı bir koordinasyon ve zaman yönetimi gerektirir. İlk aşamada, etkinliğin konsepti ve hedefleri belirlenir; bu, etkinliğin boyutuna, türüne (turnuva, gösteri maçı, eğitim etkinliği vb.) ve hedef kitlesine bağlıdır. Daha sonra bütçeleme süreci devreye girer; sponsorlar, katılım ücretleri ve diğer finansman kaynakları değerlendirilerek maliyet analizi yapılır. Mekan seçimi ve teknik altyapı hazırlıkları, katılımcıların ihtiyaçlarına uygun olarak düzenlenir. Etkinliğin lojistik planlaması, oyuncuların ve ekipmanların taşınması, mekan düzenlemeleri, teknik ekipmanların kurulumu ve test edilmesini içerir. Pazarlama ve tanıtım faaliyetleri, sosyal medya, yayın platformları ve işbirlikleri yoluyla hedef kitlenin ilgisini çekmeyi hedefler. Son olarak, etkinlik sırasında operasyonel yönetim, zamanlama, oyuncu yönetimi ve canlı yayın koordinasyonu gibi unsurlar etkinliğin başarıyla tamamlanmasını sağlar. Tüm bu süreçlerde esneklik ve olası sorunlara karşı hazırlıklı olmak, etkinliğin başarısını artırır (Akgöl, 2019; Flegr ve Schmidt, 2022; Mustafaoğlu, 2018; Scholz, 2019).

Zaman yönetimi ve takvim oluşturma

E-spor etkinliklerinin planlanmasında kritik bir rol oynar. Başarılı bir etkinlik için her aşamanın doğru sırayla ve zamanında gerçekleştirilmesi gerekir. Öncelikle, etkinliğin tarihleri

belirlenirken yerel ve uluslararası takvimlerde çakışma olmamasına dikkat edilmelidir. Takvim oluşturma sürecinde hazırlık aşamaları, ekipman kurulumu, oyuncuların varış tarihleri, turnuva zamanlaması ve etkinlik sonrasındaki lojistik gibi unsurlar detaylı bir şekilde planlanmalıdır.

Her görev için kesin süreler ve sorumluluklar tanımlanmalı; bu, iş bölümüyle iş yükünün dengeli bir şekilde dağılmasını sağlar. Aynı zamanda, planlanan her aşama için gecikmelere karşı esneklik sunan alternatif zaman dilimleri belirlenmelidir. Canlı yayın zamanlaması, katılımcıların farklı saat dilimlerinde bulunabilme ihtimaline göre ayarlanmalıdır. Teknolojik testler ve geri bildirim süreçleri için yeterli süre ayrılması, etkinliğin sorunsuz bir şekilde gerçekleştirilmesine katkıda bulunur (Scholz, 2019; Flegr ve Schmidt, 2022).

Kaynak tahsisi ve risk yönetimi

E-spor etkinliklerinin başarılı bir şekilde organize edilmesi için hayati bir süreçtir. Kaynak tahsisi, bütçe, insan gücü, ekipman ve zaman gibi sınırlı kaynakların etkin bir şekilde dağıtımını içerir. Etkinlik organizatörleri, öncelikli ihtiyaçları belirleyerek bütçe planlaması yapmalı, maliyetleri kontrol altında tutmalıdır. Sponsorluk anlaşmaları, gelir kaynakları ve bilet satışları bu sürecin finansal dayanağını oluşturur. Teknik ekipmanlar, mekan düzenlemeleri ve lojistik ihtiyaçlar için yeterli kaynak tahsisi yapılırken, yedek ekipmanlar ve olağanüstü durumlar için de bütçe ayrılmalıdır.

Risk yönetimi ise olası aksaklıkların etkinlik üzerinde yaratabileceği olumsuz etkileri minimize etmeye odaklanır. Etkinlikte yaşanabilecek gecikmeler, teknik arızalar, internet kesintileri, ulaşım sorunları veya sağlık acil durumları için alternatif planlar geliştirilmelidir. Bu riskleri azaltmak için ayrıntılı bir risk değerlendirme matrisi oluşturulmalı, proaktif önlemler alınmalıdır. Etkinlik sırasında sürekli izleme ve hızlı karar alma süreçleri, risklerin kontrol altında tutulmasını sağlar (Ayhan, 2021; Scholz, 2019; Witkowski, 2012).

Sponsor ve tedarikçi iş birlikleri

E-spor etkinliklerinin finansal ve operasyonel başarısının temel taşlarından biridir. Sponsorluk, etkinlik bütçesini desteklerken marka bilinirliği ve prestij sağlamaktadır. Etkinlik organizatörleri, hedef kitleye uygun markalarla iş birliği yaparak oyun ekipmanları, teknolojik altyapı veya lojistik destek sağlayabilir. Özellikle teknoloji firmaları, bilgisayar donanım üreticileri ve enerji içeceği markaları gibi sektör liderleri e-spor etkinliklerinde sıkça sponsor olarak yer alır.

Tedarikçi iş birlikleri ise etkinlikte kullanılan malzeme ve hizmetlerin zamanında ve sorunsuz şekilde temin edilmesini sağlar. Teknik ekipmanlardan yiyecek-içecek hizmetlerine, güvenlik önlemlerinden mekan düzenlemelerine kadar birçok alanda uzman tedarikçilerle çalışmak kritik öneme sahiptir. Tedarik zinciri yönetiminde, siparişlerin doğru planlanması ve yedek ürünlerin hazır tutulması önemlidir. Ayrıca, sürdürülebilirlik ilkelerine uygun tedarikçilerin tercih edilmesi, çevresel sorumluluk açısından da değerlidir (Scholz, 2019; Yükçü ve Kaplanoğlu, 2018).

Teknolojinin rolü

E-spor etkinliklerinin başarısında ve organizasyon sürecinde merkezi bir yer tutar. Öncelikle, **internet altyapısı**, e-spor etkinliklerinin temelini oluşturur. Yüksek hızlı ve düşük gecikmeli bağlantılar, oyuncuların performansını ve izleyicilerin etkinlik deneyimini doğrudan etkiler. Etkinlik mekanlarında güçlü bir ağ altyapısı sağlanması, özellikle LAN turnuvalarında kritik öneme sahiptir (Scholz, 2019).

Donanım ve yazılım çözümleri de teknolojinin etkinliklerdeki diğer önemli yönleridir. Profesyonel düzeydeki bilgisayarlar, oyun konsolları, VR cihazları ve canlı yayın ekipmanları, etkinliğin teknik kalitesini belirler. Ayrıca, oyun sunucularının optimizasyonu, izleyici verilerinin analizi ve oyuncu istatistiklerinin sunumu için yazılımlar etkin bir şekilde kullanılmalıdır. Bu yazılımlar, organizatörlerin gerçek zamanlı karar alma süreçlerini destekler (Nazlı ve Yağmur, 2021).

Son olarak, **canlı yayın teknolojileri**, e-spor etkinliklerinin küresel erişimini artırır. Twitch, YouTube Gaming ve benzeri platformlar üzerinden yapılan yayınlar, izleyici kitlesinin genişlemesini sağlar. 4K video akışı, çoklu kamera açıları ve artırılmış gerçeklik (AR) gibi teknolojiler, izleyici deneyimini zenginleştiren unsurlardır (Aktuna ve Ünlüöner, 2017).

Bulut tabanlı çözümler ve veri yönetimi,

E-spor etkinliklerinin operasyonel verimliliği için büyük bir rol oynar. E-spor etkinliklerinde milyonlarca oyuncu verisi, izleyici bilgisi, oyun içi istatistikler ve daha fazlası gerçek zamanlı olarak işlenir. Bulut tabanlı çözümler, bu büyük veriyi depolamak, analiz etmek ve paylaşmak için kritik bir altyapı sağlar. Bu çözümler, verilerin hızlı bir şekilde erişilmesini ve depolanmasını mümkün kılar, aynı zamanda veri kaybı riskini de en aza indirir. Özellikle oyun içi verilerin takibi ve oyuncuların performans analizi gibi işlemler bulut üzerinden yapılabilir, bu da daha sağlıklı kararlar alınmasına olanak tanır (Scholz, 2019).

Bulut tabanlı çözümler, ayrıca **canlı yayın** sırasında da etkinliklerin yönetimini kolaylaştırır. Yayınların sorunsuz bir şekilde yapılması için büyük miktarda video ve ses verisinin anında aktarılması gerekir. Bulut tabanlı altyapılar bu veriyi depolayabilir ve dünya çapında izleyicilere kesintisiz bir deneyim sunabilir. Canlı izleyicilerin izleme deneyimi sırasında gecikme sorunları, sunucuların ve bulut sistemlerinin verimli bir şekilde çalışmasıyla minimize edilebilir (Witkowski, 2012; Scholz, 2019).

Veri yönetimi, bu süreçlerin en önemli bileşenlerinden biridir. E-spor etkinliklerinde oyuncu verileri, izleyici davranışları, sponsorluk analitiği gibi büyük veri setleri yönetilmelidir. Bu verilerin doğru şekilde analiz edilmesi, organizatörlerin stratejik kararlar almasına yardımcı olur. Ayrıca, **gizlilik ve güvenlik** de önemli bir faktördür; kişisel verilerin korunması için sıkı güvenlik önlemleri ve uyumluluk standartları gereklidir (Witkowski, 2012; Aktuna ve Ünlüöner, 2017; Scholz, 2019).

İzleyici deneyimini artıran yenilikçi teknolojiler,

E-spor etkinliklerinin en önemli unsurlarından biridir. Teknolojinin sürekli gelişmesi, izleyiciye sunulan deneyimi zenginleştiren bir dizi araç ve uygulama ortaya çıkarmıştır.

Sanal Gerçeklik (VR) ve Artırılmış Gerçeklik (AR), e-spor etkinliklerinde izleyicilere daha derinlemesine bir deneyim sunmak için yaygın olarak kullanılmaktadır. Bu teknolojiler, izleyicilere oyunun içine daha fazla dahil olma fırsatı tanır. Örneğin, VR gözlükleri ile izleyiciler, oyun alanına sanal olarak girebilir ve oyuncuları 360 derece bir açıdan izleyebilirler. AR ise izleyicilerin cihazları aracılığıyla oyun dünyasında gerçek dünya öğeleriyle etkileşime girmelerini sağlar. Bu teknolojiler, izleyiciye birinci elden etkileşim ve daha fazla katılım sunarak etkinliklerin heyecanını artırır (Morrow, 2020).

Canlı Yayın Teknolojileri ve Çoklu Kamera Açıları de izleyici deneyimini iyileştiren önemli yeniliklerdir. Özellikle çoklu kamera açıları, izleyicilerin oyunun çeşitli yönlerini izlemelerini sağlar ve farklı bakış açıları sunarak izleyiciye daha dinamik bir deneyim sunar. Ayrıca, gelişmiş yayın teknolojileri ile oyuncuların hareketleri ve oyun içindeki anlık tepkileri gerçek zamanlı olarak izlenebilir, böylece izleyicilerin stratejik kararlar ve oyun içi gelişmeleri daha iyi anlamalarına yardımcı olunur (Witkowski, 2012).

Canlı Veri Analitiği ve İstatistikler ise izleyicilere oyun içi durumları takip etme ve anlamlandırma konusunda yardımcı olur. İzleyiciler, oyun sırasında oyuncu istatistiklerini, başarılarını ve stratejik hamlelerini anlık olarak görebilir. Bu tür veri akışları, izleyiciye derinlemesine bilgi sağlar ve deneyimi daha interaktif hale getirir (Witkowski, 2012).

Son olarak, **Sosyal Medya ve Etkileşimli Platformlar** sayesinde izleyiciler oyunlarla etkileşim kurabilir, favori oyuncuları hakkında sohbet edebilir ve sosyal ağlar üzerinden diğer izleyicilerle iletişim kurabilirler. Bu sosyal etkileşimler, izleyici kitlesinin etkinliğe olan bağlılığını artırır ve etkinlik deneyimini daha kolektif hale getirir (Smith ve Smith-Ditizio, 2021).

Karşılaşılan Sorunlar ve Çözüm Önerileri

E-spor etkinliklerinin organizasyonunda ve yönetiminde sıkça karşılaşılan zorluklardır. Bu sorunlar, etkinliklerin başarılı bir şekilde gerçekleşmesini engelleyebilir ve çözüm önerileri, etkinliklerin daha verimli ve sorunsuz bir şekilde gerçekleşmesini sağlamak için önemlidir.

1. **Teknik Altyapı Sorunları:** E-spor etkinliklerinde internet kesintileri, donanım arızaları ve yazılım hataları gibi teknik aksaklıklar sıkça yaşanabilir. Bu tür sorunlar, oyuncu performansını olumsuz etkileyebilir ve izleyici deneyimini düşürebilir. Çözüm olarak, **yedek internet bağlantıları, yedek donanım ve canlı destek sistemleri** oluşturulabilir. Ayrıca, etkinlik öncesi kapsamlı testler yapılmalı ve teknik ekip her türlü aksaklığa karşı hazırlıklı olmalıdır (Scholz, 2019).
2. **Lojistik ve Taşıma Zorlukları:** Katılımcıların, ekipmanların ve izleyicilerin taşınması, büyük e-spor etkinliklerinde karmaşık bir süreçtir. Ulaşım hataları, lojistik planlamadaki eksiklikler etkinliğin akışını bozabilir. Bu sorunu aşmak için, **lojistik planlamada ayrıntılı zaman çizelgeleri** oluşturulmalı ve **ulaşım şirketleriyle önceden anlaşmalar** yapılmalıdır. Ayrıca, lojistik süreçleri takip etmek için **gelişmiş yazılımlar** kullanılabilir (Witkowski, 2012).
3. **Yetersiz İzleyici Deneyimi:** İzleyici kitlesi, e-spor etkinliklerinin başarısında kritik bir rol oynar. Canlı yayın kalitesi, oyun içi veri görselleştirmeleri ve izleyici etkileşimi eksiklikleri, etkinliklerin popülerliğini olumsuz yönde etkileyebilir. Çözüm olarak,

gelişmiş yayın teknolojileri, interaktif izleyici deneyimi ve sosyal medya entegrasyonu kullanılabilir. Bu teknolojiler, izleyici kitlesinin etkinliklere daha fazla katılım sağlamasına ve etkinliklerin etkileşimli bir hale gelmesine olanak tanır (Sufian ve ark., 2024).

4. **Güvenlik ve Doping Problemleri:** E-sporun hızla büyümesiyle birlikte, oyuncuların performansını artırmak için yasa dışı maddelerin kullanımı da artmıştır. Ayrıca, dijital güvenlik tehditleri, kişisel verilerin çalınması gibi sorunlar da yaşanabilir. Bu tür durumların önlenmesi için, etkinliklerde **güvenlik önlemleri** alınmalı, **antidoping kuralları** sıkı bir şekilde uygulanmalıdır. Ayrıca, dijital güvenlik konusunda uzman ekiplerle çalışarak **siber saldırılara karşı önlemler** alınmalıdır (Smith ve Smith-Ditizio, 2021).
5. **Sponsorluk ve Finansal Zorluklar:** Sponsorluklar ve finansman, etkinliklerin başarılı bir şekilde gerçekleştirilebilmesi için önemlidir. Ancak, sponsorluk anlaşmalarının sağlanması, özellikle yeni veya küçük organizasyonlar için zor olabilir. Çözüm olarak, etkinlik organizatörlerinin **çeşitli sponsor arayışları** yapması, **çeşitli gelir kaynakları** (örneğin, bilet satışları, dijital reklam gelirleri) sağlamaları gerekebilir. Ayrıca, **finansal şeffaflık** sağlayarak sponsorların güvenini kazanmak da kritik olacaktır (Aktuna ve Ünlüöner, 2017).

Teknik aksaklıklar ve acil durum yönetimi

E-spor etkinliklerinin organizasyonunda sıklıkla karşılaşılan önemli sorunlardandır. Bu aksaklıklar, donanım ve yazılım hatalarından internet kesintilerine kadar geniş bir yelpazeyi kapsar. E-spor etkinliklerinin dinamik yapısı ve yüksek teknolojik bağımlılığı, etkinliklerin sorunsuz bir şekilde yürütülmesini zorlaştırabilir (Scholz, 2019).

Teknik Aksaklıklar: E-spor etkinliklerinde en yaygın teknik aksaklıklar arasında internet bağlantı sorunları, sunucu çökmeleri, donanım arızaları ve yazılım hataları yer alır. Bu tür aksaklıklar, oyuncuların performansını doğrudan etkileyebilir, izleyicilerin deneyimini bozar ve etkinliğin genel kalitesini düşürür. Bu gibi durumlarda, etkinlik organizatörlerinin **yedek sistemler, yedek internet hatları ve gelişmiş teknik ekipmanlar** hazırlaması gerekir. Ayrıca, etkinlik öncesi yapılan kapsamlı testler, olası hataların önceden tespit edilmesini sağlar ve buna göre çözüm geliştirilir. Ayrıca, büyük e-spor etkinliklerinde teknik aksaklıkları hızla çözebilecek **acil durum planları** ve **kapsamlı iletişim protokolleri** belirlenmelidir (Witkowski, 2012).

Acil Durum Yönetimi: Etkinlik sırasında ortaya çıkan teknik aksaklıklar, hızlı ve etkili bir şekilde yönetilmelidir. **Acil durum yönetimi** için her türlü aksaklığa karşı önceden hazırlıklı olmak önemlidir. Bu, **yedek donanım ve yazılım** kullanımının yanı sıra, etkinlik için görevlendirilmiş acil durum ekiplerinin etkin bir şekilde eğitilmesini de içerir. Bir donanım arızası durumunda yedek cihazların hızlı bir şekilde devreye girmesi gerekir. Ayrıca, **canlı yayın kesintileri** veya **oyuncu sunucusu çökmesi** gibi sorunlar için anında müdahale sağlayacak uzman ekipler oluşturulmalıdır. Etkinlik organizatörlerinin bir **kriz yönetim planı** oluşturması, belirli acil durumlara yönelik çözüm önerilerini içermelidir. Bu plan,

organizatörlerin etkinlik sırasında teknik sorunlarla başa çıkmalarını ve bu sorunları izleyicilere veya katılımcılara minimal bir şekilde yansıtmalarını sağlar.

Uluslararası etkinliklerde gümrük ve taşımacılık sorunları

E-spor organizasyonlarının lojistik operasyonlarının en karmaşık yönlerinden birini oluşturur. Özellikle ekipmanların ve malzemelerin sınırlar arasında taşınması, birçok bürokratik ve lojistik engelle karşı karşıya kalabilir.

1. **Gümrük İşlemleri ve Evrak Problemleri:** Gümrük süreçleri, ekipmanların doğru bir şekilde beyan edilmesini ve uygun izinlerin alınmasını gerektirir. Ancak farklı ülkelerin gümrük prosedürleri ve vergi politikaları, bu süreci karmaşık hale getirebilir. Yanlış beyan edilen veya eksik evrakla gönderilen malzemeler, uzun süreli gecikmelere neden olabilir. Bu tür sorunları önlemek için organizatörlerin, gümrük prosedürleri konusunda deneyimli lojistik şirketleriyle çalışması ve önceden tüm evrakları eksiksiz bir şekilde hazırlaması gereklidir (Scholz, 2019).
2. **Ekipman Güvenliği ve Hasar Riski:** Uluslararası taşımacılık sırasında, özellikle hassas donanımların (bilgisayarlar, monitörler, sunucular vb.) hasar görme riski yüksektir. Ayrıca, ekipmanların taşınması sırasında kaybolması gibi güvenlik sorunları da yaşanabilir. Bu sorunları çözmek için ekipmanların uygun şekilde paketlenmesi, sigorta kapsamına alınması ve takip edilebilir lojistik hizmetlerinin kullanılması önemlidir. Ayrıca, hassas donanımlar için özel taşıma çözümleri (örneğin, iklim kontrollü taşıma) tercih edilebilir (Witkowski, 2012).
3. **Yerel Taşımacılık ve Dağıtım Sorunları:** Uluslararası taşımacılık, genellikle yerel dağıtımla tamamlanır. Ancak, ev sahibi ülkede lojistik altyapının yetersizliği, trafik yoğunluğu ve koordinasyon eksikliği gibi sorunlar, ekipmanların zamanında ulaşmasını zorlaştırabilir. Bu durumlarda yerel lojistik firmalarla iş birliği yapmak ve detaylı bir ulaşım planı hazırlamak etkili bir çözüm sunabilir (Aktuna ve Ünlüöner, 2017).
4. **Maliyet ve Zaman Yönetimi:** Gümrük vergileri, uluslararası nakliye ücretleri ve lojistik hizmetleri büyük maliyetler yaratabilir. Ayrıca, gümrük işlemlerindeki gecikmeler, etkinlik takvimini aksatabilir. Bu tür durumlarda, organizatörlerin bütçe planlamasını iyi yapması ve gecikmeleri önlemek için etkinlik tarihinden önce tüm lojistik süreçleri başlatması gereklidir (Hamari, ve Keronen, 2017).

Başarılı Lojistik Yönetimi İçin Örnek Uygulamalar

E-spor etkinliklerinde lojistiği optimize etmek ve süreçleri sorunsuz şekilde yürütmek için iyi planlanmış stratejilerden oluşur. Etkinliklerin uluslararası boyutları göz önüne alındığında, lojistik süreçlerin etkin yönetimi, başarı için kritik öneme sahiptir.

1. **DreamHack Etkinlikleri:** Dünya çapında tanınan DreamHack, lojistik operasyonlarını büyük bir titizlikle planlayan e-spor etkinliklerinden biridir. Organizasyon, oyuncu taşımacılığı, ekipman nakliyesi ve izleyicilerin ihtiyaçlarını karşılamak için gelişmiş planlama yazılımlarından faydalanır. Ayrıca, etkinlik

mekanlarında güçlü bir teknik altyapı kurarak teknik aksaklıkları en aza indirir (Scholz, 2019).

2. **League of Legends Dünya Şampiyonası:** Riot Games, dünya çapındaki şampiyonalar için detaylı lojistik stratejiler geliştirir. Gümrük süreçlerinde zaman kaybını önlemek için oyuncu ekipmanlarını taşıırken standartlaştırılmış bir envanter yönetimi kullanır. Ayrıca, etkinlik mekanlarının her biri için önceden altyapı denetimleri yaparak teknik sorunları minimuma indirir (Goldman ve Hedlund, 2020; Pedrassoli Chitayat, 2024).
3. **ESL One Turnuvaları:** ESL, ekipman taşımacılığını kolaylaştırmak ve maliyetleri düşürmek amacıyla bulut tabanlı oyun teknolojilerini devreye sokar. Böylece, sunucuların taşınması yerine bulut üzerinden oyun altyapısına erişim sağlanır. Ayrıca, oyuncu ve izleyicilerin rahat hareket etmeleri için yerel taşımacılık şirketleriyle kapsamlı iş birlikleri yapılır (Witkowski, 2012).
4. **PUBG Global Championship:** PUBG etkinlikleri sırasında, oyuncu taşımacılığını kolaylaştırmak ve zaman yönetimini sağlamak için ayrıntılı lojistik haritalar ve koordinasyon ekipleri kullanılır. Özellikle uluslararası katılımcılar için havaalanı transferlerinden otele, otelden etkinlik alanına kadar tüm süreçler organize edilir. Ayrıca, izleyicilere yönelik ulaşım hizmetleri de sağlanır.

Başarı Faktörleri:

- **İleri Teknoloji Kullanımı:** Örnek etkinliklerde, lojistik süreçlerin kolaylaştırılması için dijital platformlar ve yapay zeka destekli çözümler kullanılmıştır.
- **Yerel ve Uluslararası İş Birlikleri:** Ulaşım ve ekipman taşımacılığı için yerel ve uluslararası şirketlerle iş birliği yapılmıştır.
- **Yedek Planlama:** Tüm bu organizasyonlarda, acil durumlar için alternatif planlar oluşturulmuştur.

Global E-Spor Turnuvalarından Vaka Analizleri, etkin lojistik yönetiminin farklı bağlamlardaki etkisini anlamak için somut örnekler sunar. Bu analizler, hem zorlukları hem de çözüm yöntemlerini göstermesi açısından değerlidir.

1. Fortnite Dünya Kupası (2019)

New York'ta düzenlenen Fortnite Dünya Kupası, katılımcı lojistiği, teknik altyapı ve mekân düzenlemesi açısından örnek bir organizasyondur. Etkinlikte, oyuncuların ekipmanlarının taşınmasından sorunsuz ağ bağlantısına kadar her detay titizlikle yönetildi. Epic Games, internet bağlantısı sorunlarını önlemek için özel fiber optik altyapı kurdu ve yedek sistemler sağladı. Ayrıca, oyuncular için VIP transfer ve konaklama hizmetleri sunuldu. İzleyiciler için ise etkinlik alanında etkileşimli deneyimler oluşturularak memnuniyet artırıldı (Scholz, 2019).

2. League of Legends Dünya Şampiyonası (2020)

Şanghai'da düzenlenen bu turnuva, pandemi nedeniyle lojistik açıdan birçok engelle karşılaştı. Riot Games, sağlık ve güvenlik önlemlerini önceliklendirdi. Oyuncular ve ekipler, özel uçuşlarla taşındı ve izole konaklama alanlarında ağırlandı. Ayrıca, sınır

ötesi ekipman taşımacılığını hızlandırmak için yerel gümrük yetkilileriyle önceden iş birliği yapıldı. Turnuva, canlı yayın teknolojileri kullanılarak küresel izleyici kitlesine ulaştırıldı, bu da izleme deneyimini artırdı (Pedrassoli Chitayat ve ark., 2024).

3. **The International (Dota 2)**

Valve tarafından düzenlenen Dota 2'nin en büyük turnuvası olan The International, hem oyuncular hem de izleyiciler için kapsamlı lojistik çözümler sundu. Etkinlik sırasında teknik aksaklıkları önlemek için yedek sunucular ve internet hatları hazırda tutuldu. Ayrıca, ekipman taşımacılığı için özel bir lojistik firmasıyla anlaşma yapıldı. İzleyicilerin etkinlik alanına rahat ulaşımını sağlamak için toplu taşıma ve shuttle hizmetleri organize edildi (Witkowski, 2012).

4. **PUBG Mobile Global Championship (2021)**

Bu etkinlikte, ekipman taşımacılığı yerine bulut tabanlı teknolojiler kullanıldı. Oyuncular, turnuva ekipmanlarını taşımak yerine sunucular üzerinden doğrudan sisteme bağlanarak oynadı. Bu yaklaşım, lojistik maliyetlerini azalttı ve gümrük süreçlerini büyük ölçüde kolaylaştırdı. Etkinlik sırasında oyuncuların sağlığı için detaylı COVID-19 önlemleri alındı ve düzenli testler uygulandı.

Başarı Faktörleri:

- Teknik altyapıya yapılan yatırımlar.
- Etkin iletişim ve iş birliği.
- Yedek planlar ve dijital çözümlerin entegrasyonu.

Türkiye’de düzenlenen etkinliklerde lojistik süreçler

Türkiye’de düzenlenen e-spor etkinliklerinin lojistik süreçleri, farklı boyutlarıyla detaylı planlama ve koordinasyon gerektirir. Bu süreçler, etkinliğin büyüklüğüne ve uluslararası katılımcı sayısına bağlı olarak çeşitlenir. Özellikle **Gaming İstanbul**, **Red Bull Kumite** ve **Türkiye Elektronik Sporlar Ligi (TESL)** gibi organizasyonlarda, lojistik süreçlerin düzgün işlemesi etkinliklerin başarısını doğrudan etkiler.

Teknik Altyapı

Etkinlikler için yüksek hızlı ve kesintisiz internet bağlantısı, güçlü donanım ve yazılım altyapısı kritik önemdedir. Bu gereklilikler, sadece oyuncuların performansı için değil, aynı zamanda izleyicilere sunulan canlı yayın deneyimi için de hayati önem taşır. Büyük çaplı etkinliklerde yedek internet bağlantısı ve veri merkezleri gibi önlemler alınır (Atıcı ve ark., 2023).

Mekan Seçimi

Türkiye’deki e-spor etkinlikleri genellikle büyük şehirlerde düzenlenir. İstanbul gibi şehirlerde geniş kapasiteli kongre merkezleri, hem oyuncular hem de izleyiciler için uygun mekan seçenekleri sunar. Mekan düzenlemesi sırasında sahne tasarımı, ışıklandırma, ses sistemleri ve izleyici alanlarının planlaması gibi unsurlar dikkate alınır (Atıcı ve ark., 2023; Üçüncüoğlu, 2018).

Uluslararası Lojistik

Yurt dışından gelen oyuncular ve ekipmanların taşınması, gümrük işlemleri ve taşımacılık firmalarıyla yapılan iş birliklerini içerir. Türkiye’de, uluslararası turnuvalarda bu süreci hızlandırmak için önceden gümrük izinleri alınmakta ve taşımacılık firmalarıyla özel anlaşmalar yapılmaktadır. Örneğin, uluslararası takımların etkinlik mekanına güvenli ve hızlı ulaşımı için özel uçuşlar ve araç transferleri sağlanır (Demirhan, 2019).

Katılımcı Yönetimi

Oyuncuların konaklaması, yeme-içme ihtiyaçları ve ulaşım hizmetleri, lojistik sürecin bir diğer önemli boyutudur. Oyuncuların performansını artırmak ve etkinlik süresince rahat etmelerini sağlamak için otel rezervasyonları, VIP taşımacılık ve sahne arkasında özel dinlenme alanları organize edilir.

Sorunlar ve Çözümler

Türkiye’de düzenlenen e-spor etkinliklerinde karşılaşılan başlıca lojistik sorunlar arasında teknik aksaklıklar, taşımacılık gecikmeleri ve gümrük prosedürlerinden kaynaklanan zorluklar yer alır. Bu problemlerin çözümü için acil durum planları geliştirilir ve yerel otoritelerle yakın iş birliği yapılır.

Türkiye, büyüyen e-spor ekosistemi ve etkinlik organizasyonundaki deneyimi ile bölgesel bir lojistik merkez olma yolunda ilerlemektedir. Gelecekte, altyapı yatırımları ve lojistik süreçlerin daha iyi entegrasyonu, uluslararası çapta daha büyük etkinliklerin Türkiye’de düzenlenmesini mümkün kılabilir (Atıcı ve ark., 2023; Özkurt, 2019; Üçüncüoğlu, 2018).

KAYNAKÇA

- Akgöl, O. (2019). Spor endüstrisi ve dijitalleşme: *Türkiye’deki espor yapılanması üzerine bir inceleme*. TRT Akademi, 4(8), 206-224.
- Aktuna, H. C., & Ünlüönen, K. (2017). Yeni bir turizm çeşidi olarak elektronik spor turizmi. *Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesi Dergisi*, (2), 1-15.
- Atıcı, A. R., Orhan, S., Elmas, L., & Erbaş, M. K. (2023). E-sporun Türkiye’deki yeri ve geleceği. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 111-119.
- Aydın, Y., & Ataçoğlu, M. Ş. (2022). E-sporda transfer, sözleşme ve çalışma ilişkileri: League of Legends oyunu üzerine nitel bir araştırma. *Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları Dergisi*, 14(1), 13-30.
- Ayhan, B. (2021). Türkiye’de e-spor üzerine yapılan akademik çalışmaların içerik analizi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 656-671.
- Bilir, H. (2022). E-Spor ekonomisinin gelişimi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(3), 327-341.

- Bulut, Ç., Duman, S., Şahin, H. M., Duman, G., & Uluç, E. A. (2021). Spor turizminde inovasyonel yaklaşımlar: E-spor. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(4), 396-412.
- Demir, A., & Sertbaş, K. (2020). E-Spor: spor endüstrisinde yeni bir ekonomi. *Uluslararası Sosyal Bilimler Akademi Dergisi*, (3), 73-88.
- Demirhan, H. (2019). E-spor faaliyetlerinin genel çerçevesi ve vergilendirilmesi. *Vergi Raporu Dergisi*, 236, 108-122.
- Formosa, J., O'donnell, N., Horton, E. M., Türkay, S., Mandryk, R. L., Hawks, M., & Johnson, D. (2022). Definitions of esports: a systematic review and thematic analysis. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, 6(CHI PLAY), 1-45.
- Flegr, S., & Schmidt, S. L. (2022). Strategic management in eSports—a systematic review of the literature. *Sport Management Review*, 25(4), 631-655.
- Goldman, M. M., & Hedlund, D. P. (2020). Rebooting content: Broadcasting sport and esports to homes during COVID-19. *International Journal of Sport Communication*, 13(3), 370-380.
- Hamari, J., & Keronen, L. (2017). Why do people play games? A meta-analysis. *International Journal of Information Management*, 37(3), 125-141.
- Hedlund, D., Fried, G., & Smith, R. (Eds.). (2020). *Esports business management*. Human Kinetics Publishers.
- Herold, D. M., Breitbarth, T., Schulenkorf, N., & Kummer, S. (2020). Sport logistics research: reviewing and line marking of a new field. *The International Journal of Logistics Management*, 31(2), 357-379.
- Hofmann, A.R., & Camara, P.M. (Eds.). (2024). *Critical perspectives on esports* (1st ed.). Routledge.
- Kara, M., Ozan, M., & Buzdağlı, Y. (2024). E-Sporcuların psikolojik uyumsuzluk ve sosyal işlevsellik düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 142-160.
- Keçeci, O., & Çelik, V. O. (2021). E-Spor organizasyonlarında liderlik: Kuramsal bir çerçeve. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 1-13.
- Kocadağ, M. (2017). Elektronik spor kariyeri ve eğitim. *Doğu Anadolu Sosyal Bilimlerde Eğilimler Dergisi*, 1(2), 49-63.
- Morrow, G. (2020). Conclusions: Virtual reality, augmented reality and mixed reality. Springer, pp. 177-201.

- Murathan, T. (2024). Dijital oyunlarda islamofobi, Asos Yayıncılık. Isbn 978-625-6671-38-6
- Mustafaoğlu, R. (2018). E-spor, spor ve fiziksel aktivite. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 84-96.
- Nazlı, R. S., & Yağmur, F. (2021). Sporun yeni yüzü: E-Sporcuların e-spora yönelik düşünceleri. *International Journal of Communication and Media Research*, 1(2), 108-119.
- Özenç, O. E., & Yörük, İ. (2021). *Her yönüyle e-spor: Takım sahibi, sponsor ve e-sporcu adaylarının el kitabı*. Kronoloji Yayınları.
- Özkurt, A. (2019). *E-sporun Türkiyede spor yönetimi ve kulüpleşme yönünden gelişiminin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Samsun.
- Pedrassoli Chitayat, A., Coates, A., Block, F., Drachen, A., Walker, J. A., Dean, J., ... & York, P. (2024). From passive viewer to active fan: Towards the design and large-scale evaluation of interactive audience experiences in esports and beyond. In *Proceedings of the 2024 ACM International Conference on Interactive Media Experiences* (pp. 94-107).
- Pott, C., Spiekermann, C., Breuer, C., & ten Hompel, M. (2023). Managing logistics in sport: a comprehensive systematic literature review. *Management Review Quarterly*, 1-60.
- Scholz, T. (2019). *E-Sports Is Business. Management in the World of Competitive Gaming*. Cham: Palgrave-Macmillan.
- Scholz, T. (2019). *E-Sports Is Business. Management in the World of Competitive Gaming*. Cham.
- Smith, A. D., & Smith-Ditizio, A. A. (2021). eSports: a new era of spectator games from a consumer's viewpoint. *International Journal of Business Information Systems*, 36(3), 406-431.
- Smith, A. D., & Smith-Ditizio, A. A. (2021). eSports: a new era of spectator games from a consumer's viewpoint. *International Journal of Business Information Systems*, 36(3), 406-431.
- Şimşek, A., & Devecioğlu, S. (2021). E-spor yönetimi ve organizasyonları. *Turkish Studies-Social Sciences*, 16(3), 1241-1256.
- Taylor, T. L. (2015). *Raising the stakes: E-sports and the professionalization of computer gaming*. Mit Press.
- The Esports Research Network, 2024, Erişim Tarihi:25.11.2024, <https://esportsresearch.net/>

- Türkiye E-Spor Federasyonu, 2024, Erişim Tarihi:01.12.2024, <https://tesfed.org.tr/>
- Url, 1 (2020). <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/49871>. Erişim tarihi: 10.10.2024.
- Url, 2 (2023). <https://newzoo.com/insights/articles/global-esports-market-report>. Erişim Tarihi: 10.10.2023.
- Üçüncüoğlu, M. (2018). *Bilgi toplumunun sportif bir yansıması olarak e-spor ve modern spor ile etkileşimi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Witkowski, E. (2012). On the digital playing field: How we “do sport” with networked computer games. *Games and Culture*, 7(5), 349-374.
- Yıldırım, Ü., & Tamer, E. T. (2022). Elektronik spor turizmi: Elektronik spor izleyicileri üzerine bir araştırma. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 728-743.
- Yükçü, S., & Kaplanoğlu, E. (2018). UİK e-Spor endüstrisi. *Uluslararası İktisadi ve İdari İncelemeler Dergisi*, 533-550.

SPORDA TENDİNİTİN KOLLAJEN İLE İYİLEŞMESİ

Yusuf Ziya DOĞRU

Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,

Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Erzurum

ORCID: 0000-0002-5666-8400

yziya@atauni.edu.tr

Muharrem OĞAN

Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Erzurum

ORCID: 0000-0002-5848-7291

muharrem.ogan@atauni.edu.tr

GİRİŞ

Kollajenin, vücudumuzda en bol bulunan proteinlerden biri olarak, bağ dokusunun temel yapı taşıdır. Kemikler, kaslar, deri ve tendonlar gibi birçok yapının bütünlüğünü destekleyen kolajen, insan sağlığı için kritik bir öneme sahiptir. Kollajen tendonlarda, bağlarda ve bağ dokularında bulunan önemli bir proteindir. Bazen kollajen bazen de kollojen olarak isimlendirilir. Günümüzde 30 farklı kollajenden söz edilmektedir. Vücudumuzda en fazla protein olarak bilinir. Hasarlı dokuların onarımı ve yenilenmesinde çok önemli bir rol oynar. Ek olarak tüketildiğinde, kollajen, tendinitin iyileşme sürecini hızlandıran yeni kollajen hücrelerinin ve liflerinin üretimini uyarır (McIlwraith, 2002).

Yaşlanma, çevresel faktörler ve yaşam tarzı alışkanlıkları, kolajen üretimini olumsuz yönde etkileyebilir. Bu durum, cilt elastikiyetinin azalması, eklem ağrıları ve diğer sağlık sorunları gibi belirtilerle kendini gösterebilir. Son yıllarda, kolajen takviyelerinin bu etkileri azaltabileceği ve vücut sağlığını destekleyebileceği yönündeki araştırmalar dikkat çekmiştir. Bu bölümde tendinitin ne olduğunu ve kollajenin iyileşmenizi hızlandırmaya nasıl yardımcı olabileceğini açıklayacağız. Kollajenin özellikle tendinit için faydalarını ve vücudunuzda nasıl çalıştığını bilmekte fayda vardır.

Tendinit, genellikle aşırı kullanım veya tekrarlayan hareketlerden kaynaklanan bir tendonun iltihaplanmasıdır bu durum ağrıya, eklem sertliğine ve hareket kabiliyetinin azalmasına neden olabilir. Tendinitiniz varsa, iyileşmeyi teşvik etmek ve iltihabı azaltmak için adımlar atmanız önemlidir (Bahadır ve Yıldız, 2004).

İyileşmeyi teşvik etmenin yanı sıra, kollajen tendinit ile ilişkili inflamasyonu da azaltabilir. Antiinflamatuvar özelliklere sahip olan glisin ve prolin gibi spesifik amino asitleri içerir. Bu amino asitler iltihabı sakinleştirmeye ve ağrıyı hafifletmeye yardımcı olarak iyileşmeyi kolaylaştırır (Cherdchutham ve ark., 2011).

Ayrıca, kollajen tendonları güçlendirmeye yardımcı olur, daha fazla yaralanma riskini azaltır. Şokları daha iyi absorbe etmeye ve tekrarlanan mikrotravmayı önlemeye yardımcı olan doku elastikiyetini ve gücünü artırır. Yani, bir kollajen takviyesi olarak, sadece tendinitinizin iyileşmesini hızlandırmakla kalmaz, aynı zamanda tekrar tendinitin oluşmasını da önleyebilir.

Kollajenin tendiniti anında iyileştirmek için sihirli bir değnek olmadığını unutmamak önemlidir. İyileşme zaman alabilir ve genellikle dinlenme rehabilitasyon egzersizleri ve uygun bakımın bir kombinasyonunu gerektirir. Bununla birlikte, diyetinize kolajeni dâhil ederek, iyileşme sürecinizi destekleyebilir ve hızlandırabilirsiniz (Cherdchutham, 2001).

Tendinit için kollajenin faydaları;

- Tendon iyileşmesini teşvik eder,
- Yeni hücrelerin üretimini uyarır,
- Enflamasyonu azaltır,
- Doku yenilenmesini hızlandırır,
- Bağ dokularını güçlendirir,
- Tendon esnekliğini artırır.

Tendinit İçin En iyi Kollajen Nasıl Seçilir?

Tendinitinizi tedavi etmek için en iyi kolajeni seçerken, birkaç temel kriteri dikkate almak önemlidir. Bu faktörleri göz önünde bulundurarak, ihtiyaçlarınıza en uygun ürünü bulma şansınızı artırabilir ve tedavinizde maksimum etkinlik elde edebilirsiniz.

1. Kollajenin Kalitesi

Kontrol edilmesi gereken ilk şey, sunulan kollajenin kalitesidir. Sürdürülebilir kaynaklı ve sıkı üretim standartlarına göre üretilmiş, yüksek kaliteli bir ürün olduğundan emin olun. Saygın markaları ve sertifikalı ürünleri tercih edin.

2. Kollajenin Türü

Farklı kollajen türleri vardır ve her türün kas iyileşmesi üzerinde farklı etkileri olabilir. Tendiniti tedavi etmek için, doku rejenerasyonunu teşvik etmek için en yaygın olarak kullanılan tip I ve III kollajenin seçilmesi önerilir.

3. Biyoyararlanım

Kollajenin biyoyararlanımı, yani vücut tarafından kolayca emilebilmesi, dikkate alınması gereken bir diğer önemli kriterdir. Kollajenin tendinitiniz üzerindeki faydalarını en üst düzeye çıkarmak için yüksek biyoyararlanım sunan ürünleri tercih edebilirsiniz.

4. Ek malzemeler

Tendinit için birçok kollajen takviyesi, etkilerini arttırmak için ek bileşenler içerir. Bazı yaygın bileşenler arasında kollajen sentezini destekleyen C vitamini ve sağlıklı tendonları ve

bağları destekleyen esansiyel amino asitler bulunur. Özel ihtiyaçlarınızı karşılayan bir ürün seçebilirsiniz.

5. Uzmanlardan ve Kullanıcılardan Gelen Görüşler

Son seçiminizi yapmadan önce uzmanların ve kullanıcıların görüşlerine başvurmaktan çekinmeyin. Öneriler ve referanslar, durumunuza en uygun en güvenilir markaları ve ürünleri belirlemenize yardımcı olabilir (Heckmann ve ark., 1992).

Bu kriterleri göz önünde bulundurarak, tendinitiniz için en iyi kolajeni seçebilecek ve kas iyileşmenizi etkili bir şekilde geliştirebileceksiniz. Herhangi bir yeni tedaviye başlamadan önce kişiselleştirilmiş tavsiyeler için bir sağlık uzmanına danışmayı unutmayın.

Tendon yenilenmesini teşvik etmek için özel olarak formüle edilmiş kollajen olabildiği gibi tendonlara yönelik hedeflenen etki için doğal ve biyoaktif bileşenler içeren kollajenler de olabilir (Hayda ve ark., 1998).

Bağ dokularını güçlendirmek için esansiyel amino asitlerin bir karışımı olan kollajenlerle beraber kas iyileşmesini teşvik etmek için vitaminler ve minerallerle zenginleştirilmiş kollajenlerde bulunmaktadır (Kasashima ve ark., 2004).

Bu kolajenler tendonlara optimal destek sağlamak ve tendinitin iyileşmesini hızlandırmak için tasarlanmıştır. Her markanın kendine özgü özellikleri vardır, ancak hepsi uzmanlar tarafından etkinlikleri için tavsiye edilir.

Tendinitinizi tedavi etmek için kolajen seçmenin özel ihtiyaçlarınıza ve sağlık uzmanınızın tavsiyelerine dayanması gerektiğini unutmamak önemlidir. Yeni bir tedaviye başlamadan önce daima bir uzmana danışılmasında fayda vardır. Faydaları sayesinde ise eklemlerinizi ve Ayrıca cildinizi korumak için deniz kolajenini tercih edebilirsiniz (Lieberman ve Friedlaender, 2005).

Vücudumuzun temel bir unsuru olan kollajen, vücut proteinlerimizin %30'unu temsil eden eklemlerin, kasların, tendonların ve cildin direncini ve esnekliğini garanti eder. Deniz kollajen tozu kaliteli bir protein kaynağı sunar, kişi başına 11 g kollajen içerir, yağ veya şeker içermez. Piyasada bulunan Stimium Kolaflex'i pazarda farklı kılan şey, birkaç temel bileşeni birleştiren benzersiz formülasyonudur. (O'sullivan, 2007).

- Doğal C vitamini, kollajenin normal üretimini teşvik eder, böylece kıkırdak ve tendonların iyi durumda olmasını sağlar.
- Biyoyararlanımı yüksek olan magnezyum sitrat, nöromüsküler iletme katkıda bulunur, yorgunluğu azaltır, optimal kas fonksiyonunu destekler ve hücreleri oksidatif strese karşı korur.
- Sürdürülebilir bir şekilde balıklardan elde edilen deniz kolajeni, bağ dokularının, kasların, kemiklerin, derinin ve diş etlerinin sağlığını destekleyen, glisin, prolin ve hidroksprolin gibi esansiyel amino asitler açısından zengin hidrolize peptitlerin kaynağıdır (Sandberg ve ark., 1993).

Stimium Kolaflex'i almak basittir: günde bir çorba kaşığı kadar almak yeterlidir. İster bir sporcu olun, ister cildinizin sağlığına özen gösteren bir kişi olun, Stimium Kolaflex ideal

arkadaşıdır. Yüksek biyoyararlanımı ve sindirim kolaylığı, hoş bir tat deneyimi sayesinde pratik ve verimli kullanım sağlar (Watkins, 1999).

Sporcu beslenmesinde kendini ispat etmiş olan Stimium kolaflex markası Avrupa'da üretilen, en iyi kalite standartlarını karşılayan ürün olarak tavsiye edilebilecek ürünlerin başında gelmektedir (Goodship ve Birch, 1996).

Sonuç

Bu bölümde, tendinitinizi tedavi etmek ve kaslarınızı iyileştirmek için en iyi kolajeni seçerken hatırlanması gereken kilit noktaları sunduk. Kollajen, sağlıklı tendonları ve kasları destekleyen önemli bir besindir ve iyileşme sürecini hızlandırmada faydalı olabilir.

Herhangi bir yeni tedaviye başlamadan önce bir sağlık uzmanına danışmanızı şiddetle tavsiye ederiz. Özel durumunuzu değerlendirebilecek ve ihtiyaçlarınıza en uygun kolajeni önerebileceklerdir.

Tendinit, genellikle aşırı kullanım, travma veya hastalıktan kaynaklanan bir tendon iltihabıdır. Etkilenen bölgede ağrı, hassasiyet ve sertlik ile karakterizedir.

Kollajen tendonlarda, bağlarda ve kaslarda bulunan önemli bir proteindir. Kollajen takviyeleri almak, bu dokuları güçlendirmeye ve tendinit tedavisinde faydalı olabilecek iyileşmelerini desteklemeye yardımcı olabilir.

Kollajen iltihabı azaltmaya, doku zedelenmelerini iyileştirmeye, tendonları güçlendirmeye ve kas yenilenmesini desteklemeye yardımcı olabilir. Ayrıca tendinit vakalarında ağrıyı azaltmayı ve hareketliliği artırmaya katkı sağlayabilmektedir..

Tendinit tedavisi için kolajen seçerken, kolajenin kaynağını, saflığını, biyoyararlanımını ve kolajen peptidlerinin konsantrasyon'unu dikkate almak önemlidir. Kişiselleştirilmiş öneriler için sağlık uzmanınıza danışmanız da tavsiye edilir.

Tendinit tedavisi için kolajen seçerken, ürünün kalitesini, kolajeni çıkarma yöntemini, esansiyel amino asitlerin bileşimini, alerjenlerin veya zararlı katkı maddelerinin yokluğunu ve ayrıca uzmanların görüş ve önerilerini dikkate almanız önerilir.

Tendinit için önerilen kolajenler inflamasyonu azaltmaya, tendonlarda kollajen üretimini uyarmaya ve doku yenilenmesine yardımcı olabilirken. tendonları güçlendirerek ve tendiniti iyileşmeye yardımcı olabilmektedir (Quarto, ve ark., 1993)

Tendinit tedavisi için kolajen seçmek için, ürün kalitesi, kollajen saflığı, kollajen peptid konsantrasyon'unun yanı sıra uzman önerileri ve görüşlerine öncelik vermek esastır. Herhangi bir yeni tedaviye başlamadan önce sağlık uzmanınıza danışmanız da önemlidir.

Spor sağlığı için faydalı olan diğer besin takviyeleri arasında protein tozu, amino asitler, vitaminler ve mineraller de bulunur (Rehn ve Pihlajaniemi, 1994).

Bu takviyeler beslenmeyi optimize etmeye, kas iyileşmesini desteklemeye, bağışıklık sistemini güçlendirmeye ve herhangi bir beslenme eksikliğini telafi etmeye yardımcı olmaktadır.

Sporcular tarafından atletik performanslarını artırmak ve sporcu sağlığını korumak için yaygın olarak kullanılmaktadırlar.

KAYNAKÇA

- Bahadır, A., & Yıldız, H. (2004). *Veteriner anatomi 1: hareket sistemi*, 1. Baskı, Ezgi Kitabevi: Bursa.
- Cherdchutham, W., Meershoek, L. S, Weeren, P.R., & Barnneveld, A. (2011). Effects of exercise on biomechanical properties of the superficial digital flexor tendon in foals. *American Journal of Veterinary Research*, Vol 62, No 12.
- Cherdchutham, W. (2001). *The equine superficial digital flexor tendon: the influences on exercise on early development and of diathermy on tendon healing*. Ph.D. Thesis Utrecht University, ISBN 90-393-2739-4, The Netherlands, Utrecht.
- Goodship, A. E., & Birch, H. L. (1996). The pathophysiology of the flexor tendons in the equine athlete, *Dubai International Equine Symposium Proceedings*, page 83-108.
- Hayda, R. A, Brighton, C.T, Esterhai, J. L. Jr. (1998). Pathophysiology of delayed healing. *Clin Orthop Relat Res*;355: 31-40.
- Heckmann, M., Aumailley, M., Chu, M. L, Timpl, R., & Krieg ,T. (1992). Effect of transforming growth factor-beta on collagen type VI expression in human dermal fibroblasts. *FEBS Lett* 310: 79-82.
- Kasashima, Y., Takahashi, T., Smith, R. K., Goodship, A. E, Kuwano, A., Ueno, T., & Hirano, S. (2004). Prevalence of superficial digital flexor tendonitis and suspensory desmitis in Japanese thoroughbred flat racehorses in 1999. *Equine Veterinary Journal*, 36(4):346-50.
- Lieberman, Jay R., & Friedlaender, G. E. (2005). *Bone regeneration and repair biology and clinical applications*. New York: Humana Press,
- McIlwraith, C. W. (2002). *Diseases of Joints, Tendons, Ligaments, and Related Structures*. Editor: Stashak T.S. Adams' Lameness in Horses, 5th edition, Lipponcott Williams &Wilkins, ISBN: 0-683-07981-6, USA, page 459-640,
- O'sullivan, C. B. (2007). Injuries of the flexor tendons: focus on the superficial digital flexor tendon, *Clinical Techniques in Equine Practice*, 6, 189-197.

- Quarto, R., Dozin, B., Bonaldo, P., Cancedda, R., & Colombatti, A. (1993). Type VI collagen expression is upregulated in the early events of chondrocyte differentiation. *Development* 117: 245-251.
- Rehn, M., & Pihlajaniemi, T. (1994). Alpha 1(XVIII), a collagen chain with frequent interruptions in the collagenous sequence, a distinct tissue distribution, and homology with type XV collagen. *Proc Natl Acad Sci USA*;91: 4234-4238.
- Sandberg, M. M., Aro, H. T., & Vuorio, E. I. (1993). Gene expression during bone repair. *Clin Orthop Relat Res*;289: 292-312.
- Watkins, J. P. (1999). *Tendon and ligament biology*. Editor: AUER J.A., STICK J.A. Equine Surgery. 2nd edition, W. B. Saunders Company, ISBN 0-7216-7733-9, USA, page 704- 711.

MATEMATİK ÖĞRETİMİNDE DİJİTAL EĞİTSEL OYUN TEMELLİ ÖĞRENME UYGULAMALARI VE ETKİ ANALİZİ

Emine TAYAN

Dr. Matematik Öğretmeni, MEB,

Yakutiye Bilim ve Sanat Merkezi, Erzurum

ORCID: 0000-0002-4981-6110

eminetayan@gmail.com.tr

GİRİŞ

Yeni müfredat reformu bağlamında, sınıfta matematik öğretim verimliliğinin artırılması öğretimin odak noktası haline gelmiştir. Bununla birlikte, geleneksel öğretim yöntemi öğrencilerin öğrenme ilgilerini karşılamakta zorlanan bir yöntemdir. Dijital eğitsel oyun temelli öğrenme etkinlikleri öğrencilerin ilgileri doğrultusundadır ve öğrencilerin öznel inisiyatiflerini harekete geçirmeye yardımcı olmaktadır (Prensky, 2001). Ancak oyunların doğal olarak öğretim faaliyetlerine nasıl daha iyi entegre edilebileceği şu anda karşı karşıya olunan önemli bir sorun haline gelmiştir. Bu çalışma, dijital eğitsel oyunlaştırılmış öğrenme etkinliklerinin uygulama stratejilerini araştırmak için bir başlangıç noktası olarak dijital eğitsel oyunla öğrenme kavramını kullanmaktadır ve belirli öğretim vakalarına dayalı olarak dijital eğitsel oyunla öğrenmenin pratik etkilerini analiz etmektedir.

Müfredat standartları matematik programlamanın canlılık, gelişmelik ve bireysellikte dolu olması vurgulanmaktadır (Doğan ve Yılmaz, 2021). Matematik öğrenmelerinde işlem yapabilme, uygulama, bağımsız sorgulama ve işbirlikçi tartışmanın önemi büyüktür (Erden & Altıparmak, 2020). Öğrenciler için, özellikle de alt sınıflarda, öğrenmelerinde bilinçsizlik hâkimdir ve dikkatleri genellikle dağınıktır. Bu konunun dersteki içerikleri çoğu zaman ders içeriğine olan ilgilerine bağlıdır. Dijital olarak eğitilen oyunlar son derece eğlenceli, güçlü atmosferik ve sürükleyici, matematik eğitiminin bozulmasını etkili bir strateji haline getirmektedir (Prensky, 2001). İlkokulda doğal olarak oyunlarla karşı güçlü bir ilgileri vardı, bu ilgi onların matematikleriyle daha derin bir şekilde ilgilenmelerine ve dolayısıyla matematik öğrenmeye olan sürekli ilgilerinin artmasına yol açmaktadır (Gee, 2007). Matematik öğretiminde etkili öğrenmeyi sağlamak için, konularda matematik kavramlarını özümsemesine ve ustalaşmasına yardımcı olmaya çalışmaktadır. Öğrencileri bilgi taşımacılığına ve onları öğretim şiddetine aktif olarak keşfetmeye teşvik etmek için sınıfa giriş, yeni bilgi aktarımı, gezinmeler ve bilgi dağıtma gibi çoklu bağlantılardaki oyunlar çoğalmaktadır. Bu nedenle, matematik öğretiminde insanların dikkatini çeken oyun unsurları öğretimi dahil matematik derslerinin etkililiği artırılabilir (Squire, 2003).

Dijital Eğitsel Oyunun Tanımı

Araştırmacılar, oyunların belirli bir mekanda, belirli bir düzende, gönüllü olarak kabul edilen kurallara göre, yaşamın gerekli kapsamından uzakta oynandığına inanıyor. Oyunların, çocukların dünyayı belirli kurallara göre belirli bilgileri ve öğeleri kullanarak keşfetmesine yönelik bir etkinlik olduğunu söylenebilir (Vygotsky, 1978). Bir bakıma oyunlar, nesnelere ilgi katan, çocukların ilgisini artıran, belirli bir zaman ve mekânda gerçekleştirilen etkinlikler olduğu görülmektedir (Piaget, 1973). Bu aktivite boş zaman veya eğlence amaçlı olabilir. Dolayısıyla oyunlaştırılmış öğrenme şu şekilde tanımlanmaktadır: Oyun öğretimi, öğrencilerin canlı, mutlu bir ruh hali içinde ve ilgi duydukları koşullar altında daha doğal bir şekilde öğrenmelerini sağlamak için öğretim faktörlerini oyun faktörleriyle birleştiren bir öğretim etkinliği türüdür (Gee, 2003). Öğretmenler, öğrencilerin rahat ve hoş bir atmosferde etkili bir şekilde öğrenebilmeleri için bilgi noktalarını sergilemek, statik öğretimi dinamik öğretime dönüştürmek için öğrencilerin kabul etmekten mutluluk duyacağı canlı ve ilginç oyun formlarını kullanmaktadırlar. Bunun için günümüz teknoloji çağında pek çok dijital eğitsel oyun tasarımları mevcuttur. Dijital eğitsel oyunlar tanım olarak öğretim hedeflerine ulaşmak için bilgisayar oyunlarının gerçek eğitimde kullanılması demektir (Gee, 2003; Murathan ve Kaya, 2016). Bu yöntem mevcut matematik derslerinde yaygın olarak kullanılmaktadır. Bu kapsamda matematik öğrenme ortamlarını zenginleştirmek ve sınıfı daha ilgi çekici hale getirilebilir. Dijital eğitsel oyunlar sınıfta öğrenim hedefine yönelik olarak öğrencileri güçlendirmek için tasarlanmış özel oyunlarla geliştirilmiştir (Johnson ve ark., 2014). Bunların yanında öğrenci öğrenmelerini de kişiselleştirmeye destek olmaktadır. Öğrencilerin oyun ve deneyim yoluyla öğrenme zorluklarını aşmalarına olanak tanıyan bilgi puanlarına dayalı sistemler bulunmaktadır. Diğer yandan öğrenmenin daha eğlenceli olmasını sağlamaktadırlar. Bu tür yazılımlarla çeşitli sanal senaryolar oluşturabilmektedir. Bu şekilde öğrenci öğrenmelerine bilgiyi entegre ederek öğrencilerin oyun oynarken bilgi anlayışlarını güçlendirmelerine ve bilgiyi yapılandırılmalarına olanak sağlanmaktadır (Gee, 2003).

Bu öğrenme ortamlarında öğrencilerin yetenekleri de kapsamlı bir şekilde geliştirilebilir (Prensky, 2001). Sıradan matematik öğretimi, öğrencilerin yalnızca belirli düşünme ve mantıksal yeteneklere sahip olmalarını sağlayabilir (Ke, 2008). Ancak öğrencilerin hafızasını, hayal gücünü, gözlemine vb. çalıştıramayabilir. Öğrenmelere dijital eğitsel oyunun eklenmesi bu konudaki eksiklikleri giderebilir. Kişiselleştirilmiş olarak seçilen mini oyunlar aracılığıyla yaratıcılıklarını ve gözlem becerilerini geliştirerek öğrencilerin çeşitli gelişimlerini desteklemektedir (Johnson ve ark., 2014).

Dijital Eğitsel Oyunların Önemi

Günümüzde toplumun sürekli ilerlemesiyle birlikte ebeveynler çocuklarının eğitimine daha fazla önem vermektedir. Öğrencilerin yalnızca sınıf bilgilerini iyi öğrenmeleri değil, aynı zamanda diğer yetenek ve becerilere de hakim olmaları gerekmektedir (Prensky, 2001). Bu dış baskılar sıklıkla öğrencilerin öğrenmeye olan ilgilerini kaybetmelerine ve hatta öğrenme konusunda isteksizlik geliştirmelerine neden olmaktadır. Bu kapsamda dijital eğitsel oyunlar öğrencilerin öğrenme ilgilerini artırabilir ve bağımsız öğrenme alışkanlığını geliştirebilir. Öğretmek için bu oyunlarda canlı çizgi film karakterleri veya animasyonlu videolar kullanarak öğrencilerin kolay öğrenmeleri de sağlanabilir. Bu öğretim modeliyle öğrencilerin

becerileri zenginleştirilebilir. Öğrenme sürecinde önceden sıkıcı olan öğrenmeler bu yolla ilgi çekici hale getirilir ve öğrenciler öğrenmeye karşı hevesli olabilirler. Bu bakımdan sınıfta bilgisayar oyunu eğitiminin kullanılmasıyla beraber öğrenciler oyun oynarken sınıftaki bilgi aşaması noktasında uzmanlaşabilirler ve bu da öğrenme verimliliğini büyük ölçüde artırabilir. Ayrıca oyunlar aracılığıyla öğrencilerin stresleri atılabilir ve öğrenciler rahat bir ortamda rahatlayabilirler. Öğrenme görevlerini böyle bir ortamda tamamlamak öğrencileri hem eğitip hem de eğlendirebilir (Gee, 2003).

Dijital Eğitsel Oyunla Öğrenme Aktivitelerinin Unsurları

Temel olarak iki kategoriye ayrılmaktadır: yapı oyunlaştırma ve içerik oyunlaştırma. Yapısal oyunlaştırma; öğrenme materyallerini değiştirmeden bir oyunlaştırma mekanizması getirerek öğrenme görevlerini yürütme sürecinde optimize etmeyi ifade etmektedir (Deterding ve ark., 2011). Örneğin, puan sistemleri, sıralama listeleri, not değerlendirmeleri ve diğer araçları tanıtarak öğrencilerin öğrenme motivasyonu teşvik edilebilir. İçerik oyunlaştırma; oyunların tasarım kavramlarını ve unsurlarını öğrenme içeriğinin oluşturulmasına uygulamaktır (Deterding ve ark., 2011). Böylece öğrenme materyalleri oyun özelliklerine sahip olmaktadır. Hikaye anlatımı, rol simülasyonu ve tekrarlanan zorluklar gibi oyun öğeleri genellikle öğrencilerin oyun etkinliklerinde öğrenme içeriğini günlük yaşamlarındaki tanıdık sahnelerle birleştirmesi için kullanılabilir (Gee, 2003).

Bir oyunun özü, puanların nasıl puanlandığı, hangi davranışlara izin verildiği ve nelerin oyun dışı olduğu gibi oyun deneyiminin her yönünü kapsayan önceden belirlenmiş bir dizi kuralda yatmaktadır. Oyun kuralları; operasyonel (işletim) kurallar, yapım kuralları ve örtülü kurallar olarak üç kategoriye ayrılabilir (Deterding ve ark., 2011). İşletim kuralları temel olarak oyunun adımlarını tanımlamaktadır ve bunlar aslında oyunun nasıl oynanacağına dair temel kılavuzdur. Oyuncular, işletim kurallarına aşina olduktan sonra oyuna başarılı bir şekilde katılabilirler. Yapım kuralları, oyunun temel mantığını destekleyen temel soyut matematik ilkeleridir. Oyundaki temel yapının mantıksal kurallarını içermektedirler. Örtülü kurallar, oyun sırasında doğrudan belirtilmeyen kurallardır ve görgü kuralları, davranış kuralları ve diğer makul, belgelenmemiş işlemler gibi şeyleri kapsamaktadırlar (Deterding ve ark., 2011).

Oyun sahne malzemeleri; oyun dekorları, öğrenme materyallerini ve yardımcı araçları oyunlaştırılmış bir biçimde sunan unsurlardır denilebilir. Genellikle bu aksesuarlar malzemeye dayalı olarak dijital ve fiziksel olarak iki kategoriye ayrılmaktadır. Dijital oyun destekleri kendi geliştirdiğimiz uygulamaları ve yazılımları kapsarken, fiziksel oyun destekleri oyun kartlarını, masaüstü oyunları ve kullanım kılavuzlarını içermektedir. Dijital oyun dekorları çoğunlukla etkileşimli deneyimi geliştirmek için belirli öğretim oturumlarında kullanılırken, belirli öğretim yardımcıları olarak fiziksel oyun dekorları tüm öğretim faaliyeti boyunca çalışabilmektedir (Hamari ve ark., 2014).

Matematik Müfredatının Dijital Eğitsel Oyun Versiyonuna Entegrasyonu

Matematik müfredatı geniş bilgi noktalarına sahip olduğundan ve geniş bir konu yelpazesini kapsadığından, oyun modunu ayarlarken öğrenme içeriğini farklı özelliklere göre ayarlamak gerekmektedir (Gee, 2003; Prensky, 2001). Öğrencilerin yetenekleri ve bireysel

farklılıklarına göre yeni oyun ve tasarımlar geliştirilerek, çeşitlendirilmiş oyun bağlantıları kurulmalıdır (Anderson ve Krathwohl, 2001; Van Eck, 2006). Dijital eğitsel oyunları kurarken öğretim asla değiştirilmeden öğrencilerin bilişsel kurallarına başvurup gerekli bilgi noktalarına uygun şekilde dönüştürmeler yapılabilir. Bilgi puanlarının dönüşümleride bu minvalde düzenlenmelidir. Bu oyunlarda bireysel öğrenmenin sağlandığı gibi öğretmen öğrencileri gruplara ayırarak grup oyunlarında oynatabilir.

Matematik Öğretiminde Dijital Eğitsel Oyun Temelli Öğrenme

1. Oyuna Dayalı Öğrenme Etkinlikleri İçin Tasarım Stratejileri

Matematik öğretimi sürecinde oyun temelli öğrenme etkinliklerinin bir araya getirilmesi, çağdaş eğitim kavramlarına dayanan ve öğrencilerin keşfetme ruhu, öğrenme isteği, öğrenme duygusu gibi psikolojik özelliklerini hedef almak üzere tasarlanmış etkileşimli bir öğretim yöntemidir (Gee, 2003). Temelinde seviye zorlukları olan bu tür oyunlaştırılmış öğretim, uygulamaya yönelik prensibi takip etmektedir ve "öğrenci merkezli" öğretim amacını gerçekleştirmek için farklı seviyelerde oyun bağlantıları tasarlayarak öğrenci merkezli bir eğitim modeli oluşturmaktadır (Ke, 2008). Öğrencilerin bir bağlantıyı başarılı bir şekilde geçmeleri, öğretim hedefleriyle tutarlı bir bilgi ve mevcut bilgiye sahip olmaları anlamına gelirken, eğer oyunda başarısız olmaları, ilgili bilgiyi başka bir alanda incelemeleri gerektiği anlamına gelmektedir. Öğretim boyunca öğretmenler öğrencilerin yeni bilgileri zamanında öğrenmelerine yardımcı olmak için hiyerarşik görev bağlantıları kurmaktadır. Bağlantıları tasarlarken ya da oluştururken PowerPoint üzerinden slayt kullanımı, Flash animasyonu veya çevrimiçi etkileşimli oyunlar gibi çeşitli medyaları kullanabilmektedirler. Bu görev bağlantılarının öğrenme içeriğiyle yakın entegrasyonu, öğrencinin öğrenmesini teşvik etmede önemli bir role sahip olmaktadır (Lehtinen ve Tynjälä, 2006). Zorluk süreci sırasında öğrenciler oyun görevlerini tamamlamak için kendi bilgi tabanlarını ve becerilerini kullanmaktadır; bu sadece onların kişisel başarı duygusunu etkili bir şekilde arttırmakla kalmaz, aynı zamanda psikolojik tatmini de geliştirebilir (Johnson ve ark., 2014).

2. Rekabet Oyunu Öğrenme Etkinlikleri İçin Tasarım Stratejileri

Öğrencilerin rekabetçi farkındalığına yanıt olarak rekabetçi oyunlaştırma öğretim yöntemlerinin kullanılması, öğrencilerin öğrenme heyecanını ve katılım arzusunu uyandırabilir (Xiuping ve Jinyue 2019). Böylece onların pratikte bilgi anlayışlarını ve ustalıklarını derinleştirebilir ve "uygulamada öğrenme" eğitim konseptini uygulayabilir. Öğretmenler ve öğrenciler arasındaki mesafeyi etkili bir şekilde kısaltmakla kalmaz, aynı zamanda öğrenciler arasında sağlıklı rekabet ve takım çalışmasına dayalı bir öğrenme atmosferinin oluşmasını da teşvik edebilir (Deterding ve ark., 2011; Kapp, 2012). Rekabet ve takım çalışmasına dayalı bir öğrenme atmosferi oluşturan dijital eğitsel oyunlar da bulunmaktadır (Hamari ve ark., 2014). Bu eğitsel oyunlar geleneksel öğretim modeliyle karşılaştırıldığında, rekabet öğretim stratejisi değerlendirme standardı olarak "göreceli değerlendirmeyi" benimsemektedir. Öğretmenler, öğrencileri rekabet kurallarına göre benzer güçte gruplara ayırmaktadırlar. Her grubun amacı, oyunun nihai amacı olarak diğer grupları geride bırakmaktır. Aynı zamanda ilgili ödül ve ceza mekanizmalarıyla desteklenen yarışma oyunu eğlence dolu olup, tüm öğrencileri aktif katılıma motive etmektedir ve sınıftaki her dakikanın etkinliğini en üst düzeye çıkarmasını sağlamaktadır (Kapp, 2012).

3. Bilmece Oyunu Öğrenme Etkinlikleri İçin Tasarım Stratejileri

Eğlendirici bir öğretim yöntemi olan bilmeceler, insanın bilişsel özelliklerinden yola çıkılarak oluşturulmuş özel dil oyunları olarak görülmektedir (Yangil ve Kerimoğlu, 2014). Bu tür oyunlarda, bilmeceler ve cevaplar arasında bilişsel bir köprü kurmak için metaforlar kullanılmaktadır. Bu ikisi arasındaki bağlantıyı ustaca yönetmek, bilmece yaratmanın temelini oluşturmaktadır. Diğer oyun türlerinden farklı olarak bilmeceler, özneliği göstermek ve sonuçları göstermek için dili kullanmaktadır; buna "dilde oynamak" denmektedir (Anlı, 2013). Bilmece kullanma yöntemleri sürekli değişmektedir. Matematik derslerinde öğretmenler bilmeceler içeren oyunlar tasarlayabilir, bunları dijital eğitsel oyunlara entegre ederek hızlı düşünme soruları sunabilir. Böylece öğrenme içeriğine güçlü bir ilgi yaratabilirler. Bilmeceyle derse başlamaya yönelik bu yaklaşım, öğrencilerin baştan itibaren bilgiyi keşfetmenin aktif özneliği olmalarını sağlamaktadır (Anlı, 2013). Bu nedenle, bilmece stratejilerinin uygun kullanımı öğretimin etkililiğini büyük ölçüde artırabilir (Yangil ve Kerimoğlu, 2014).

4. Bulmaca Oyunu Öğrenme Etkinlikleri İçin Tasarım Stratejileri

Bulmaca oyunları, eğitsel oyunların çok yaygın bir biçimidir (Bilgin & Bekiroğlu, 2021). Bu tür oyunlar genellikle birkaç seviyeye ayrılmaktadır. Bu oyunlar genellikle zorluk derecesi kolaydan zora doğru kademeli olarak artan, öğrencileri çeşitli zorlukların üstesinden gelmeye ve seviyeleri aşmaya yönlendiren bir dizi seviyeye ayrılmıştır. Bu şekilde tasarlanan dijital eğitsel oyunlar kullanılabilir. Soruların zorluğu, öğrencileri her türlü zorluğun üstesinden gelmeye ve hedefe ulaşmak için seviyeleri aşmaya yönlendirmek için artırılmaktadır. Bu öğrenme ortamları ilgiyi pekiştirmek ve ilerleme kaydetmek amaçlı önemli görülebilir (Clark ve ark., 2016; Gee, 2003). Bu tür oyunların özelliklerine göre, öğretmenler genellikle matematiksel bilgiyi sistematik olarak pekiştirmek için dersten sonra tekrar aşamasında oyunu uygulayabilirler. Bu oyunların arka plan sistemi, oyunu bilgi noktalarının zorluk seviyesine göre hiyerarşik bir şekilde kuracak şekilde olabilir. Böylece öğrencilerin kendi öğrenme hedeflerini belirlemeleri gerekmektedir.

5. Senaryo Simülasyon Oyunu Öğrenme Aktiviteleri İçin Tasarım Stratejileri

Öğretim sürecinde öğretmenlerin buluşsal öğretim yöntemlerini temel olarak benimsemeleri ve öğrencileri ise işbirlikçi ve katılımcı öğrenmeyi gerçekleştirmeye aktif olarak teşvik etmeleri gerekmektedir (Doğan ve Yılmaz, 2021). Öğretmenlerin önceki bilgi aktarıcılarında, öğrencilerin sorgulayıcı öğrenimine rehberlik eden rehberlere ve planlayıcılara dönüşmeleri gerekmektedir. Dijital senaryo simülasyonu, oyunlaştırılmış öğrenme etkinliklerinin önemli bir yolu olabilir (Hainey ve ark., 2016). Öğretim sırasında öğretmenler, öğrenciler için çeşitli oyun karakterleri oluşturarak öğrencileri çoklu perspektiflerden düşünmeye teşvik edebilirler. Böylece sorunları derinlemesine analiz etmek ve çözmek için simüle edilmiş bir oyun ortamı oluşturulabilir. Bu tür bir rol simülasyonu aslında öğretmenler ile öğrenciler arasında ve öğrenciler arasında bilgi etkileşimini ve iletişimi teşvik etmektedir (Deterding ve ark., 2011). Örneğin doğal sayılarla ilgili problemler ünitesinde öğrencilere süpermarket kasiyeri ve müşteri rolleri verilebilir. Öğretmen tarafından sınıfta süpermarket alışveriş sahnesini yeniden oluşturmak için çeşitli öğretim yardımcıları kullanılır ve bunlar kişilere dağıtılır. Öğrenciler gruplara ayrılır ve kasiyer ödeme süreci

simülasyon deneyimlerine dayanan dijital eğitsel oyun tasarımlarıyla öğrencilerin deneyimlemesine izin verebilir. Burada öğretmenler, öğrencilere ödeme yaparken rehberlik sağlamalıdır. Oyunun ardından öğrenciler deneyimlerini ve duygularını paylaşarak, rol oynama sırasında karşılaşılan sorunlara ilişkin görüşlerini sunabilirler.

Matematik Öğretiminde Dijital Eğitsel Oyun Temelli Öğrenme Ve Öğretmeye Yönelik Örnekler

1.Örnek durum: Dijital bir oyundan öğrenciler kendi ihtiyaçlarına uygun zorluk seviyesini seçebileceklerdir. Oyuna girdikten sonra, öğrencilere sistem tarafından bir parça tarım arazisi verilerek ve tarım arazisinde bağımsız olarak problemleri çözmeleri istenmektedir. Bir öğrenci bir soruyu her doğru bildiğinde, bilgisayar arayüzü otomatik olarak çiçek ve alkış göstermektedir. Her doğru cevap için bilgisayar arayüzü öğrenciyi otomatik olarak çiçeklerle ve alkışlarla alkışlamaktadır. Öğrenci bu “kazma” görevini tamamladıktan sonra bir sonraki soruya geçmektedir. “Kazma” görevini tamamladıktan sonra, öğrenci ikinci soruyu cevaplamaya devam etmekte ve soruyu doğru bir şekilde tamamladıktan sonra, öğrenci ikinci görev olan ‘ekim’ görevine geçmektedir. “Ekim” görevi tamamlandıktan sonra ikinci göreve geçilmektedir. Oyunda toplam beş görev vardır ve öğrenci son görevi tamamladıktan sonra ikinci görev olan “Ekim” görevine geçmektedir. Son görevi tamamladıktan sonra, öğrenci başarılı bir şekilde bir havuç hasat etmektedir ve ilk seviye sona ermektedir. Bu birinci seviyenin sonudur. Öğrenciler oyunun ikinci seviyesine geçtiklerinde, kendilerine verilen araziniki toprak parçası ve her görevde cevaplanacak soru sayısı iki olarak değiştirilmiştir ve sonraki her seviyedeki soru sayısı iki olarak değiştirilmiştir. Oyunun her bir sonraki seviyesindeki soru sayısı ve zorluk derecesi kademeli artmakta, böylece öğrencilerin 20 soruluk oyunda yetkin hale gelmeleri sağlanmaktadır.

2.Örnek durum: Dijital eğitsel oyun tabanlı öğrenmenin uygulama sürecini detaylandırmak için örnek olarak ilkokul matematiğinden “Çıkarma işlemi” konusunu ele alalım. Öğrencilerin üç basamaklı sayılardan üç basamaklı sayıları çıkarmanın temel aritmetiğini anlamalarını sağlamak, oyun sırasında çıkarma hesaplamalarının kurallarını pekiştirmelerini, çıkarma hesaplamalarının temellerini daha iyi tanımlarını ve üç basamaklı üç basamaklı çıkarma hesaplamalarının doğruluğunu ve hızını geliştirmelerini sağlamak amacıyla oynanan bir oyun ele alınabilir.

Bu hedeflere ulaşabilmede öğrencilerin matematiğin cazibesini hissetmesini, matematiğe karşı olumlu duygular geliştirmesini, matematiksel bilgiyi keşfetme konusundaki merak ve ilgisini sürdürmesini ve aynı zamanda oyun etkileşimi yoluyla takım çalışması öğrenme stilini geliştirmesini sağlamak gerekmektedir. Öğrencilerin çoklu duyusal işbirliğini ve ilerlemesini teşvik ederek, öğrencilerin iç potansiyelini tam olarak harekete geçirilmelidir. Bunların yanı sıra öğrencilerin çok yönlü fiziksel ve zihinsel sağlıkta büyümelerine yardımcı olmak için görme, uygulamalı işlemler, sözlü ifade ve düşünme etkinliklerinin kapsamlı kullanımını da sağlanmalıdır. Oyun kurallarıolarak “Üç basamaklı bir sayı seçin (üç basamaktaki sayıların farklı olduğundan emin olun) ve üç sayıyı, biri en büyük sayı, diğeri en küçük sayı olacak şekilde iki sayı oluşturacak şekilde artan ve azalan sırada düzenleyin. Bu iki sayıyı çıkarın; daha sonra, iki yeni sayı elde etmek için çıkarılan sayının üç rakamını artan ve azalan sırada düzenleyin ve küçük olanı büyük olandan çıkarmaya devam edin. Bu işlemi tekrarlayın ve

çok geçmeden sonucun her zaman sabit bir sayı olan 495'e indiğini göreceksiniz. Bu sayıya " gizemli kara delik sayısı 495 " adı verilir "yönergesi uygulanabilir. Oyunun önemli noktası "Farkı bulmak için yeniden düzenlemeyi" unutmayın. Yani sayıyı oluşturan sayıların yeniden düzenlenmesiyle elde edilen maksimum sayı, sayıların yeniden düzenlenmesiyle elde edilen minimum sayıdan çıkarılır" ifadesi olmalıdır. Oyun süreci;

“ Öğretmen: Hepiniz üç basamaklı sayılardan üç basamaklı çıkarma işleminde nasılsınız?

Öğrenci: Çok iyi.

Öğretmen: Çok güzel. Herkes onu ustaca kullanabildiği için öğretmen size " Gizemli Kara Delik Sayısı 495" adlı ilginç bir oyunu tanıtacak. Şimdi bu gizemli dijital gizemi birlikte keşfedelim. Bunda bu kadar gizemli olan şeyin ne olduğunu merak ediyor musun?

Öğrenci: Vay be! Gerçekten bilmek istiyorum, gerçekten bilmek istiyorum!

Öğretmen: Şimdi oyunun nasıl oynanacağını göstermek için power point sunumu kullanalım (bir öğrenciye oyun talimatlarını yüksek sesle okumasını söyleyin). Herkes oyunun nasıl oynanacağını biliyor mu?

Öğretmen: Örnek olarak 395'i alın. Üç basamaklı sayıları küçükten büyüğe ve büyüktten küçüğe sıralayarak sırasıyla 953 ve 359'u çıkarın ve sonuç 594'tür. Aynı yöntemi tekrar uygulayarak " farkı yeniden düzenleyin ", 954'ten 459'u çıkarın, 495 elde edeceksiniz. Bu, 495 numaralı sihirli kara deliğin ortaya çıktığı an!

Öğrenci: Aaa! Bu sonuç gerçek mi?

Öğrenci: Her seferinde 495 oluyor. Bu nasıl mümkün olabilir?

(Sonu gelmeyen sorular arasında herkes şüpheli bir tavırla bunu kendi gözleriyle doğrulamaya çalışmaktadır.)

Öğretmen: Pek çok öğrencinin şüpheleri var gibi görünüyor, bu yüzden lütfen her biri denemek için üç basamaklı bir sayı seçin. Şimdi başlayalım!

(Öğrencilerin merakı bir anda uyanmış olacaktır ve hemen hesaplama yapmaya başlayacaklardır. Tüm sınıf sessizliğe bürünmüştür.)

Öğrenci 1: Hesapladığım rakam aslında 495.

Öğrenci 2: Benim sonucum da 495!

(Öğrenciler tek tek cevapları bulmuştur ve hepsi 495 olmuştur. Sınıf kahkahalara boğulmuştur. Böylece gizemli bir sayının gerçekten var olduğu ortaya çıkmış!)

Öğrenci 3: Hocam bu bir tesadüf mü? 495 dışında bir sonuç hesaplayan var mı?

Diğer öğrenciler: Hayır!

Öğretmen: Şimdi lütfen hesaplama sürecinizi grupta birbirinizle paylaşın ve herkese bu "495 numaralı gizemli kara delik "i nasıl bulduğunuzu anlatın.

Öğrenci: Herkes aktif olarak bilgisayar deneyimleri hakkında konuşmaya başlamıştır.

Öğretmen: Şimdi size ilginç bir hikaye anlatacağım. Lütfen sessizce okuyun. (Power pointle ilgili bilgi bağlantılarını gösterir) Öğretmen: Öğrenciler, bu 495 numaralı sihirli kara

deliktir. Hepiniz bu sihirli sayıyı kendi yöntemlerinizle doğrulama konusunda harika bir iş çıkardınız. Görünüşte monoton olan matematik bilgisi aslında sayısız sihirli sır içermektedir. Umarım matematik dünyasındaki daha harika bilgileri keşfetmeye devam edebilirsiniz.” şeklinde yapılabilir.

Tartışma ve Sonuç

Öğrencilerin öğrendikleri hakkında düşünmeye başlamaları ve soru sayısının artması, öğrencilerin pasiften aktife geçmesi ve sınıf içeriğini bağımsız olarak derinlemesine keşfetmeye, anlamaya başlaması anlamına gelmektedir. Bu tür dijital eğitsel oyunlarla öğrenciler sınıf etkileşimlerine aktif olarak katılmaya başlamaktadır (Gee, 2003), dilsel ifadeleri daha doğru hale gelmektedir (Hainey ve ark., 2016), mantıksal düşünceleri daha üst düzeye yükselmektedir (Prensky, 2001) ve matematiksel kavramları anlamaları daha derinleşip sistematikleşmektedir (Ke, 2008).

Öğrencilerinin matematik temelini sağlamlaştırmak ve öğrenme heveslerini canlandırmak için sınıfta dijital eğitsel oyunlarla matematik öğretmek son derece önemlidir. Entegrasyon sürecinde ise bilgi noktalarının uygun dönüşümüne ve oyunun kendisi ile öğrencilerin uygunluğuna dikkat etmek gerekmektedir (Kapp, 2012; Hamari ve ark., 2014). Ayrıca öğretimi hedeflenen bir şekilde gerçekleştirmek, böylece öğrenme verimliliğini artırmak ve öğrencilerin çeşitlendirilmiş gelişim elde etmelerini sağlamak için bilginin uygun dönüşümüne ve oyun ile öğrenciler arasındaki uyuma dikkat etmek çok önemlidir (Ke, 2008; Clark ve ark., 2016).

Matematik öğretiminde dijital eğitsel oyun temelli öğrenmenin uygulama ve etkileri pek çok araştırmada (Ke, 2008; Clark ve ark., 2016) öğrencilerin öğrenme ilgisini ve katılımını büyük ölçüde teşvik ettiğini göstermektedir. Yapılan çalışmalar çeşitli oyunlaştırma etkinlikleri aracılığıyla, öğrencilerin oynayarak öğrenmekte olduğunu göstermiştir (Prensky, 2001; Gee, 2003; Ke, 2008; Kapp, 2012; Hamari ve ark., 2014; Clark ve ark., 2016; Hainey ark., 2016). Ayrıca onların matematiksel bilgi anlayışlarını ve hafızalarını derinleştirerek problem çözme becerilerini ve takım çalışması ruhunu da geliştirmiştir (Prensky, 2001; Ke, 2008). Bu yaklaşım, öğrencilerin bağımsız öğrenme yeteneklerinin gelişimini de teşvik ederek matematik öğrenimini daha canlı ve ilgi çekici hale getirmektedir (Gee, 2003; Kapp, 2012; Hamari ve ark., 2014; Clark ve ark., 2016). Kısacası, etkili bir öğretim stratejisi olarak dijital eğitsel oyun temelli öğrenme, matematik öğretiminin kalitesinin artırılması ve öğrencilerin çok yönlü gelişiminin teşvik edilmesi açısından büyük öneme sahiptir ve eğitimciler tarafından derinlemesine araştırılıp uygulamaya değer görülmektedir (Ergül ve Doğan, 2022).

KAYNAKLAR

- Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2001). *A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Anlı, Ö. F. (2013). Wittgenstein'da 'dil-oyunu' kavramı bağlamında 'özel-dil sorununun ve yeni bir oyun olanağı olarak metafor kullanımının incelenmesi. *Dört Öge*, 4, 149-174.
- Clark, D. B, Tanner-Smith, E. E., & Killingsworth, S. S. (2016). Digital Games, Design, and Learning: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Review of Educational Research*, 86(1), 79 –122.
- Deterding, S., Dixon, D., Khaled, R., & Nacke, L. (2011). From game design elements to gamefulness: Defining gamification. *Proceedings of the 15th International Academic MindTrek Conference: Envisioning Future Media Environments*, 9-15.
- Doğan, M., & Yılmaz, S. (2021). Eğitimde yeni programlama ve matematik öğretimi. *Açık Dergi*, 15 (1).
- Erden, A., & Altıparmak, Z. (2020). Matematik öğretiminde pedagojik yenilikler. *Eğitim ve Bilim*, 45 (204).
- Ergül, E., & Doğan, M. (2022). İlkokul matematik öğretiminde oyunsal yaklaşımın öğrencinin başarısına etkisi. *Milli Eğitim Dergisi*, 51(235).
- Gee, J. P. (2003). What Video Games Have to Teach Us About Learning and Literacy. *Technology Pedagogy and Education*, 1(1), 20.
- Gee, J. P. (2007). *What video games have to teach us about learning and literacy*, Palgrave Macmillan.
- Hamari, J., Koivisto, J., & Sarsa, H. (2014). Does Gamification Work? A Literature Review of Empirical Studies on Gamification. *The 47th Hawaii International Conference on System Sciences*, 47.
- Hainey, T., Connolly, T. M, Boyle, E. A, Wilson, A. & Razak, A. (2016). A systematic literature review of games-based learning empirical evidence in primary education. *Computers & Education*, 102, (202-223).
- Johnson, L., Adams Becker, S., Estrada, V., & Freeman, A. (2014). The NMC Horizon Report: 2014 K-12 Edition, New Media Consortium.

- Kapp, K. M. (2012). *The gamification of learning and instruction: game-based methods and strategies for training and education*. New York, NY: John Wiley & Sons
- Ke, F. (2008). A case study of computer gaming for math: Engaged learning from gameplay?. *Computers & Education*, 51(4), 1609-1620.
- Lehtinen, E., & Tynjala, P. (2006). *Learning and instruction: The role of digital games in education*. London: Routledge.
- Murathan, T., & Kaya, O. (2016). Evaluation of Sports Trainers Perceptions on Computer Aided Education Related to the Attitudes toward Learning. *Universal Journal of Educational Research*, 4(2), 416-421.
- Prensky, M. (2001). *Digital game-based learning*. New York: McGraw-Hill.
- Squire, K. (2003). Video games in education, *International Journal of Intelligent Simulations and Gaming*, 2 (1), 49–62.
- Van Eck, R. (2006). Digital game-based learning: it's not just the digital natives who are restless, *EDUCAUSE Review*, 41(2), 16.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
- Yangil, M. K., & Kerimoğlu, C. (2014). Bilmecelelerin eğitimdeki yeri ve önemi. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 341-354.

SPORDA KRAMPLARI ÖNLEYEN BESİNLER

Yusuf Ziya DOĞRU

Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,

Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Erzurum

ORCID: 0000-0002-5666-8400

yziya@atauni.edu.tr

Muharrem OĞAN

Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Erzurum

ORCID: 0000-0002-5848-7291

muharrem.ogan@atauni.edu.tr

GİRİŞ

Kramplar, istemsiz ve beklenmedik kas kasılmaları, çok ağrılı ve bazen ilgili organların felci ile kendini gösteren nöromusküler bozukluklarla bağlantılı bir olgudur. Gündüzleri ortaya çıkabilirler, ancak çoğu zaman geceleri veya fiziksel efordan hemen sonra kendilerini gösterirler. Baldır, kol, bacak, kramp olasılıkla çoktur ve hepsi tatsız bir durumdur.

Ayrıca kramp oluşumunun biyokimyasal nedenleri de bulunmaktadır. Egzersiz sonucu kas hücrelerinde oluşan laktik asit birikimine bağlı hücrenin pH'si düşer buna bağlı olarakta oksijen basıncında azalma meydana gelir, bu durum kasın uyarılmasını zorlaştırır sonuçta kramplara neden olur. Yoğun egzersiz şiddeti ve süresinin uzaması aşırı uyarılan kasın gevşemeye zaman bulamadan kasılı halde kalması, kasta yorgunluk ve hasar oluşturur. (Maughan, 1986).

Üst kademe performans göstermek için antrenman ve ya yarışta zorlanan kaslarda aşırı patlayıcı tekrarlayan aktivitelerde (futbol, basketbol, voleybol vb gibi spor müsabakalarında ağrılı kramplar oluşur. Daha önceden kramp geçirmiş kaslarda bu durum daha kolay ve sık ortaya çıkar. Kramp geçirmek için sporcu olmaya da gerek yok, yüksek efor gösteren hertürlü aktivite sonunda kramp geçirme ihtimali yüksektir (Kantorowski ve ark., 1990).

Hepimiz gecenin bir yarısı bizi uyandıran ya da fiziksel bir aktivitenin ortasında durmaya zorlayan, kasılma gibi bir kasta şiddetli bir ağrı hissetmişizdir. Başka bir deyişle, kramp, herkesi bir şekilde etkileyen yaygın bir sorundur ve yaşlılar, hamile kadınlar ve sporcular arasında daha yaygındır. Kramp, bir kasta aniden ortaya çıkan şiddetli ağrı ile karakterizedir. Kas palpe edildiğinde ağrılı, sert ve kasılıdır ve etkilenen uzvu hareket ettirmek zordur. Bu, görünür ve tek bir kasta lokalize olan istemsiz bir kas kasılmasına

karşılık gelir. Kramp birkaç saniye ila birkaç dakika sonra kaybolur, ancak ağrılı, hassas bir nokta birkaç saat kalabilir.

Kramplar en sık alt ekstremitte kaslarını etkiler; baldırlar, uylukların arkası ve önü, ayak tabanları vb.kaslar en fazla etkilenen bölgelerdir.

Spor sırasında da yaygın bir şikâyet olan kas ağrıları ile karıştırılmamalıdır. Olağandışı efordan birkaç saat sonra veya ertesi gün ortaya çıkabilirler. Kaslar en ufak bir hareketle ağrılı hale gelir ve kaslar dokunulduğunda hassaslaşır ağrılar ve sızılar, çok fazla veya uzun süreli efordan sonra kaslarda oluşan küçük çatlaklardır.

Kramplar genellikle belirgin bir neden olmaksızın, özellikle geceleri (gece krampları) ve fiziksel egzersizi takiben ortaya çıkar. Bazı hastalıkların veya ilaçların da (kronik böbrek hastalığı ve hemodiyaliz seansları, hipotiroidizm, diyabet gibi) kramplara neden olma olasılığı daha yüksektir.

Gece krampları sizi uyandırır ve sizi kalkmaya, dolaşmaya ve kası germeye zorlar. Yaşlılar ve hamile kadınlar bu tür kramplara yatkındır.

Egzersizle ilişkili kramplar egzersiz sırasında, uzun süreli, yoğun veya hazırlıksız olduğunda veya egzersizin bitiminden birkaç saat sonra ortaya çıkar. Kas kasılması sırasında, sinirler tarafından gönderilen bir impuls sayesinde kas lifleri geri çekilir ve kasın %30 ila %50 oranında küçülmesine neden olur. Kas gevşemediğinde ve kasılı kaldığında kramp oluşur.

En çok etkilenen kaslar iki eklemlili kaslardır: bunlar baldır kasları, uyluğun arkası ve uyluğun önüdür. Bu kaslar hareketlerimiz sırasında kendilerini kolayca kısalmış bir pozisyona geçebilir ve bu da onları krampa daha yatkın hale getirir.

Krampların hangi mekanizma ile ortaya çıktığı konusunda hala bazı belirsizlikler bulunmaktadır. Bununla birlikte, kasları kontrol etmekten sorumlu sinir yapılarının uyarıla bilirliliğindeki artışın bir sonucu olarak ortaya çıktıklarını ve istemsiz ve ani kasılmalarına yol açtıklarını biliyoruz. Bazı faktörler kasın sinir kontrolünde bir bozulmaya yol açar (Maddali ve ark., 1998).

-Bunun nedenlerinin ilk sırasında kas hücrelerindeki su ve mineral dengesizliği, dehidrasyon ya da aşırı yorgunluğa yol açan yoğun fiziksel aktivite olabilir.

Dehidratasyon ve Kramplar

Aşırı terleme ve dehidratasyonla kaybedilen minerai dengesi sinir uçları üzerindeki baskının artmasına ve sinir çevresinde kasılmalara yol açarak kasın uyarıla bilirliliğini değiştirir ve aniden kasılmasına neden olur. (Miller, K. C., Mack, G. W., Knight, K. L., Hopkins, J. T., Draper, D. O., Fields, P. J., & Hunter, I. 2010).

Bu durum özellikle ciddi dehidrasyon ve önemli sodyum kaybı durumlarında ortaya çıkar (Jung ve ark., 2005).

Kas Yorgunluğu ve Kramp

- Gereken efor çok yoğunsa ve kaslar yeterince hazırlanmamışsa, kas yorgunluğu sinir komutunun kontrolünü değiştirecek, anormal bir nörolojik reflekse ve kasın tetanik kasılmasına neden olacaktır.
- Kas yorgunluğuyla (eksik veya yetersiz ısınma veya aşırı yoğun antrenman nedeniyle) birleşen ciddi dehidrasyon, kramp riskini önemli ölçüde artıracaktır. Dehidrasyon aynı zamanda zihinsel durumunuzu da etkileyerek performansınızı düşürebilir.
- Hydratis solüsyonu, özellikle spor sırasında sıvı dengenizi korumanıza yardımcı olur. Mineral bakımından zengin sodyum, potasyum, magnezyum ve klorür hidrasyonu hızlandırır ve kramp ve yorgunluğu azaltır. Egzersiz sırasında susuz kalmamak ve yaralanmaları önlemek için su şişenize iki Hydratis tablet koymanızı önerilmektedir (Summers ve ark., 2014).

Kramp Nasıl Atlatılır?

Kramplar acı vericidir, ancak birkaç basit hareketle rahatlatılabilirler.

- Yaptığınız aktiviteyi durdurun
- Kasa masaj yapın: amaç, kas kasılmasının gevşemesini sağlamak için antagonist kası aktive etmektir.
- Gece kramplarını hafifletmek ve ağrılı kası germek için ayağa kalkın.

Rehidratasyon

- Önleyici bir tedbir olarak, susamayla beklemeden bol miktarda su için (günde 1,5 Litre önerilir). Egzersiz öncesinde, sırasında ve sonrasında iyi hidrasyon şarttır.
- Her zaman yanınızda bir su şişesi bulundurun, böylece nerede olursanız olun suya kolayca erişebilirsiniz!
- Dengeli beslenin ve sporcuysanız magnezyum sodyum potasyum açısından zengin gıdaları (pirinç, fındık, badem, muz, kepekli tahıllar, bakliyat, vb) tercih edebilirsiniz (Stofan 2005).
- Egzersiz sırasında sık sık kramp geçiriyorsanız, kendinize uygun eğitimlerle egzersize başlayın.
- Egzersize başlamadan önce kaslarınızı ısıtmayı unutmayın, ısınma hareketlerini kademeli bir şekilde yapın.
- Egzersiz sırasında ve sonrasında su ve mineral kayıplarını telafi ettiğinizden emin olun ve sporcular için uygun olan içecekleri kullanın (Bergeron, 1996).
- En çok çalışan kaslar için bir esneme seansı ve egzersizden sonra bir gevşeme seansı yapın.
- Gece kramplarına eğilimliyseniz: yatmadan önce kramplardan etkilenen kasları (baldırlar, uylukların arkası) gerin (Greenwood ve ark., 2003).

Krampları çok fazla geçirmeye başlarsanız yanı kramplar sıklaşırsa bunun yanında ateş, titreme, sürekli ağrı eşlik ederse, doktorunuza danışın.

Kramplardan Kaçınmak İçin Diyet

Bu nedenle çoğu zaman bu rahatsızlıklardan nasıl kaçınacağımızı merak ediyoruz. Çaba göstermeniz gerekiyorsa iyi nemlendirmeniz ve kaslarınızı ısıtmanız tavsiye edilir. Ancak krampları önlemek aynı zamanda diyeti de ayarlamak gerekir. Aslında, bazı yiyecekler diyetinizi yeniden dengelemeye ve böylece krampları azaltmaya yardımcı olur. Bu yiyeceklere daha yakından bakalım.

Krampları Sınırlamak İçin Tercih Edilecek Yiyecekler

Çoğu zaman, kas krampları kalsiyum, potasyum, bakır, magnezyum gibi bazı minerallerin eksikliğinden kaynaklanır. Bu nedenle, diyet, eksiklikleri telafi etmeye ve riskleri azaltmaya yardımcı olur. Egzersiz sonrası kramp diyetindeki ana gıdalar sebze ve meyvelerdir. Aslında brokoli gibi yeşil sebzeler potasyum ve magnezyum açısından zengindir ve aynı zamanda vücudun asitlenmesini önlemeye de yardımcı olur. Ayrıca mercimek, nohut ve kırmızı fasulye gibi baklagiller de diyetinde olmalıdır.

Kramplara karşı hangi meyve? Meyveler açısından B vitamini yönünden oldukça zengin olan iyi bir antioksidan olan muz, kayısı ve erik tüketilebilir. Süt ürünleri de kalsiyum konsantrasyonunun ayarlamada çok önemlidir, bu nedenle bağışıklık sistemini güçlendirmek için yoğurt ve süzme peynir tüketmeniz önerilir. Magnezyum nişastalı gıdalarda ve kakaoda, özellikle bitter çikolatada da bulunur.

Son olarak ceviz ve badem gibi yağlı tohumlar da magnezyum yüklü olup, strese karşı avantajlarla birlikte kasları da yenileyebilecektir. Etlere gelince, B vitamini alımı için sadece beyaz et önerilir, dana karaciğeri de bakır açısından zengindir. Istakoz, sardalya ve istiridye gibi deniz ürünleri de içerdikleri bakır sayesinde iyi kas tonikleridir.

Beslenmenizi tamamlamak için, günde en az 1,5 litre suyu içmeniz şarttır. Diyetin etkilerini desteklemek için tercihen mineral bakımından zengin sulara tercih edebilirsiniz.

Kramplar İçin Kaçınılması Gereken Yiyecekler

Artık tabaqlarınızda hangi yiyecekleri vurgulamanız gerektiğini biliyorsunuz, böylece kramplara daha az eğilimli olursunuz. Mümkün olduğunca kaçınılması gereken yiyecekler vücudu asitleştiren yiyeceklerdir. Kekler ve tatlılar gibi şeker oranı yüksek tüm yiyecekler bu gruba dâhildir. Bu gıdalar vücudunuzda asitliğe neden olacak ve kramp riskini artıracaktır. Ayrıca gazlı içecekler, kahve, alkol ve çay da vücudun asitlenmesine neden olur, vücudu ağırlaştırır ve susuz bırakır, bu da kasları zayıflatır (Roberts W. O. 2000).

Ayrıca magnezyumun uyku ve strese birçok faydası vardır. Bununla birlikte, kramp riskini önlemek için, düzenli ve kaliteli bir uyku ritmine sahip olmak önemlidir. Magnezyum tozu veya kapsülü bulabilir ve günde yaklaşık 300 mg alabilirsiniz, ancak aşırı dozda tüketmeye dikkat edin. Magnezyumun aşırı yüklenmesi sindirim bozukluğuna, kas ağrılarına ve karın ağrısına yol açabilir. Kilonuzun %2'sinden fazlasını kaybetmek performansa zararlıdır, egzersize başlamadan önce su içmek, performansınızın artmasına katkı sunacaktır. (Schwellnus ve ark., 2011).

Fakat Aksi Görüşü Savunananlarda Yok Değil

Yapılan bilimsel çalışmalarda, yüksek nem seviyesine (%18,4±3) sahip sıcak bir atmosferde (39,1°1,5±C) çeşitli eğitim egzersizlerine odaklanıldı. Dinlenme aşamalarının aralara serpiştirildiği bu seanslar, üst ekstremitelerin bir ergometre üzerinde çalıştırılması ve alt ekstremitenin pedal çevrilmesinden (yalnızca baskın olmayan bacak) oluşuyordu. Test sırasında çeşitli ölçümler yapıldı (ter, kilo, kalp atış hızı, rektal sıcaklık, kan testleri...) ve denekler vücut ağırlıklarının %5'ini suda kaybettiğinde veya eforu sürdüremeyecek kadar yorulduğunda fiziksel egzersiz durduruldu (Braulick ve ark., 2013).

Bir süre dinlenmenin (30 dakika) ardından, krampları tetiklemek için baskın bacağın halluks fleksör kortuna (EMG ile birlikte) elektrik darbeleri uygulandı. Baskın bacak kas yorgunluğunun etkilerini ortadan kaldırmak için seçilmiştir. Sonuçlar, yorgunluk ve egzersiz yoğunluğu kontrol edildiğinde, yoğun bir dehidrasyon olmasına rağmen kasın krampı tetikleme duyarlılığında hiçbir fark olmadığını göstermiştir. (Schwellnus, 2009).

Kramp eğilimli kaslar ile bunu yapmayan diğer kaslar karşılaştırılarak her iki gruptaki hidrasyon ve elektrolit seviyelerinin yarıştan önce ve sonra neredeyse algılanamaz olduğunu bulunmuştur (Miller, 2010).

İkincisi, egzersiz yoluyla deneklerde vücut kütlelerinin %3'ünün su kaybına neden olduğu ve elektrikle uyarılan kramplara karşı duyarlılıklarında herhangi bir değişiklik bulunamadı.

Tanınmış bir bilim adamı ve koşu uzmanı olan Tim Noakes, "Waterlogged, dayanıklılık sporlarında ciddi aşırı hidrasyon sorunu" adlı kitabında, sodyum eksikliği ve dehidrasyon teorisinin kramp gelişimini açıklayamadığı sonucuna varmıştır (Noakes, 2012).

Hatta egzersizin sonunda mevcut olan %7-10'luk dehidrasyon olsa bile geçici süreliğine bu durumda herhangi bir acil sağlık riskiyle karşı karşıya kalınmadığını göstermiştir.

SONUÇ

Sporda meydana gelen krampların önlenmesinde dengeli ve bilinçli bir beslenme alışkanlığının büyük önemi vardır. Özellikle magnezyum, potasyum, kalsiyum ve sodyum gibi mineraller bakımından zengin besinlerin düzenli tüketimi, kasların sağlıklı bir şekilde çalışmasını desteklerken, kramp oluşum riskini azaltmaktadır. Muz, avokado, ıspanak, fındık ve yoğurt gibi besinler, bu mineralleri içermeleri nedeniyle sporcuların diyetinde mutlaka yer almalıdır. Bunun yanı sıra, yeterli düzeyde sıvı alımı da krampların önlenmesinde kritik bir rol oynar. Sporcuların bireysel ihtiyaçlarına uygun bir beslenme programı oluşturabilmesi için beslenme uzmanlarından destek alması önemlidir. Bu çalışma, sporda kramp önleyici besinlerin önemine dikkat çekmekte ve bu konuda daha fazla araştırma yapılması gerektiğini vurgulamaktadır.

KAYNAKÇA

- Bergeron M. F. (1996). Heat cramps during tennis: a case report. *International journal of sport nutrition*, 6(1), 62–68. <https://doi.org/10.1123/ijsn.6.1.62>.
- Braulick, K. W., Miller, K. C., Albrecht, J. M., Tucker, J. M., & Deal, J. E. (2013). Significant and serious dehydration does not affect skeletal muscle cramp threshold frequency. *British journal of sports medicine*, 47(11), 710–714. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2012-091501>
- Greenwood, M., Kreider, R. B., Greenwood, L., & Byars, A. (2003). Cramping and injury incidence in collegiate football players are reduced by creatine supplementation. *Journal of athletic training*, 38(3), 216–219.
- Jung, A. P., Bishop, P. A., Al-Nawwas, A., & Dale, R. B. (2005). Influence of hydration and electrolyte supplementation on incidence and time to onset of exercise-associated muscle cramps. *Journal of athletic training*, 40(2), 71–75.
- Kantorowski, P. G., Hiller, W. D. B., Garrett, W. E., Douglas, P. S., Smith, R., & O'Toole, M. (1990). Cramping studies in 2600 endurance athletes. *Med Sci Sports Exerc.*;22(2).
- Maddali, S., Rodeo, S. A., Barnes, R., Warren, R. F., & Murrell, G. A. (1998). Postexercise increase in nitric oxide in football players with muscle cramps. *The American journal of sports medicine*, 26(6), 820–824. <https://doi.org/10.1177/03635465980260061401>
- Maughan R. J. (1986). Exercise-induced muscle cramp: a prospective biochemical study in marathon runners. *Journal of sports sciences*, 4(1), 31–34.
- Miller, K. C., Mack, G. W., Knight, K. L., Hopkins, J. T., Draper, D. O., Fields, P. J., & Hunter, I. (2010). Reflex inhibition of electrically induced muscle cramps in hypohydrated humans. *Medicine and science in sports and exercise*, 42(5), 953–961. <https://doi.org/10.1249/MSS.0b013e3181c0647e>.
- Miller, K. C., Mack, G. W., Knight, K. L., Hopkins, J. T., Draper, D. O., Fields, P. J., & Hunter, I. (2010). Three percent hypohydration does not affect threshold frequency of electrically induced cramps. *Medicine and science in sports and exercise*, 42(11), 2056–2063. <https://doi.org/10.1249/MSS.0b013e3181dd5e3a>.
- Noakes, T. (2012). *Waterlogged, the serious problem of overhydration in endurance sports* Human Kinetics.

- Roberts W. O. (2000). A 12-yr profile of medical injury and illness for the Twin Cities Marathon. *Medicine and science in sports and exercise*, 32(9), 1549–1555.
- Schwellnus M. P. (2009). Cause of exercise associated muscle cramps (EAMC)--altered neuromuscular control, dehydration or electrolyte depletion?. *British journal of sports medicine*, 43(6), 401–408. <https://doi.org/10.1136/bjsm.2008.050401>.
- Schwellnus, M. P., Allie, S., Derman, W., & Collins, M. (2011). Increased running speed and pre-race muscle damage as risk factors for exercise-associated muscle cramps in a 56 km ultra-marathon: a prospective cohort study. *British journal of sports medicine*, 45(14), 1132–1136. <https://doi.org/10.1136/bjsm.2010.082677>.
- Stofan, J. R., Zachwieja, J. J., Horswill, C. A., Murray, R., Anderson, S. A., & Eichner, E. R. (2005). Sweat and sodium losses in NCAA football players: a precursor to heat cramps?. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 15(6), 641–652.
- Summers, K. M., Snodgrass, S. J., & Callister, R. (2014). Predictors of calf cramping in rugby league. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 28(3), 774–783. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31829f360c>.

OLİMPİYAT OYUNLARINDA TÜRK CUMHURİYETLERİNDE GÜREŞ

Göktuğ NORMAN

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,

Spor Yöneticiliği Bölümü, Malatya

ORCID: 0000-0001-5878-9970

goktug.norman@inonu.edu.tr

Burak CANPOLAT

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,

Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, Malatya

ORCID: 0000-0002-4768-4855

burak.canpolat@inonu.edu.tr

Yalın AYGÜN

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,

Spor Yöneticiliği Bölümü, Malatya

ORCID: 0000-0002-1018-657X

yalin.aygun@inonu.edu.tr

GİRİŞ

Güreş, iki bireyin belirli bir alanda, herhangi bir alet kullanmadan, Uluslararası Dünya Güreş Birliği (UWW) kurallarına uygun olarak, teknik, beceri, güç ve zekâlarını kullanarak birbirlerine üstünlük sağlamaya çalıştığı bir spordur (Toy, 2015).

Güreş kavramı, Türkiye'de en çok "pehlivan" terimiyle anılmaktadır. "Pehlivan" kelimesi Farsça "pehlevan" kelimesinden türemiştir ve "güreşçi, yiğit, savaşçı, kahraman" anlamına gelmektedir. Güreş terimi, 12. yüzyıldan itibaren eski Türk destan geleneğinde kullanılan "Alp" sözcüğünün yerini almıştır. "Alp" kelimesi, günümüzde Sibiry Türk halklarında da güreşçi anlamında kullanılmaktadır. Batı Türklerinde ise, 20. yüzyılın başına kadar, güreş dahil birçok sporda başarılı olanlara hitap eden bir terim olarak kullanılmış; son bir asırdır yalnızca güreşçiler için kullanılmaya başlanmıştır. Günümüz Türk lehçelerinde,

Azeriler "pahlâvân", Başkurtlar "köraşsi", Kazaklar "baluvan", Kırgızlar "balban", Özbekler "palvan", Tatarlar "köraşçi", Türkmenler "palvân" ve Uygurlar da "palvan" terimlerini kullanmaya devam etmektedir (Türkmen ve Arstanbekov, 2020).

Güreş, ilhamını yırtıcı ve vahşi hayvanların birbirleriyle savaşmasından ve mücadele etmesinden alan bir spordur (Özdemir ve Çalışkan, 2018, s.502). İnsanoğlu, dünyada varlığını sürdürebilmek, kendini korumak ve hayatta kalmak için tarih boyunca fiziksel yeteneklerini en iyi şekilde kullanmıştır. Yaban hayatında hayatta kalmak ve düşmanlardan korunmak amacıyla geliştirdiği bedensel güce dayalı mücadeleler, modern güreşin temelini oluşturmaktadır (Toy, 2015). Bu sebeple tarih boyunca güreşler farklı uygarlıklarda bir spor olarak görülmüş ve gelişme kaydetmiştir. Mısır, Orta Doğu ve Antik Yunan'da M.Ö. 3000'lerde, Anadolu ve Orta Asya'da M.Ö. 2500'lerde, Hindistan'da ise M.Ö. 2000'lerde toplumlar, kendi kültürlerini güreşler aracılığıyla ifade ederek farklı güreş türlerinin ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır. Bugün ise, dünyanın çeşitli yerlerinde tarihi ve geleneksel özellikler taşıyan farklı güreş çeşitleri hala büyük ilgiyle takip edilmektedir (Özdemir ve Çalışkan, 2018). Örneğin Sümer uygarlığından günümüze kalan eserlerden biri olan metal çift vazoda "kemer güreşi" yapılmakta olduğu düşünülmektedir (Festuccia, 2014; İmamoğlu ve ark., 2024).

Olimpiyatlarda güreşin iki farklı türü vardır: Serbest stil ve Greko-Romen. Kurallar hemen hemen aynıdır, ancak Greko-Romen güreşte güreşçi, rakibine belden aşağıya saldıramaz veya kendi bacaklarını tutuş yapmak için kullanamaz. Atletizmi ayırırsak, güreş, dünyanın en eski rekabetçi sporu olarak kabul edilmektedir.

Güreş, MÖ 708 yılında Antik Olimpiyatlar'a dahil edilmiş, bu tarihten sonra Pentatlon'un bir parçası olmuştur. Modern Olimpiyat Oyunları 1896'da Atina'da yeniden başlatıldığında, güreş de oyunların önemli bir parçası olmuştur. Çünkü organizatörler, Greko-Romen güreşinin Antik Yunan ve Roma güreşinin bir yeniden doğuşu olduğunu kabul etmişlerdir. 1900 Olimpiyatları hariç, güreş, 1896'dan bu yana her Yaz Olimpiyatı programında yer almıştır. 1904'te, Olimpiyat yetkilileri, "catch as catch can" olarak bilinen serbest stil güreşi programlarına dahil etmiştir. Bu stil, Greko-Romen'e göre çok daha az tarihe ve geleneğe sahipti ancak büyük bir popüleriteye sahipti; İngiltere ve Amerika Birleşik Devletleri'ndeki fuar ve festivallerde profesyonel eğlence olarak gelişmişti. Serbest stil güreş, 1912 Stockholm ve 1920 Antwerp Olimpiyatları dışında her Olimpiyat'ta yer almıştır. Greko-Romen güreş hala yalnızca erkeklerin yarıştığı bir spor olmasına rağmen, kadınlar için serbest stil güreş, 2004 Atina Olimpiyatları'nda programa dahil edilmiştir. ABD ve Japonya, Olimpiyat güreşi tarihindeki en başarılı hala aktif olan ülkeler olup, Japonya'nın kadın güreşçileri kadınlar kategorisinde baskın durumdadır (Olympics-a).

Greko-Romen güreş, klasik bir stil olarak kabul edilir ve bu stilde belden aşağıya yapılan ataklara izin verilmemektedir. Öte yandan, serbest stil, vücudun tüm bölümlerinin kullanıldığı bir farklı bir stil olarak kabul edilmektedir (Demirkan vd., 2014; Yard ve Comstock, 2008).

Spor Tarihi

Sporun, ilk çağ insanların avlanma, hayatta kalma ve kaçma-yakalama gibi tabiatla verdikleri mücadeleler sırasında sergiledikleri hareketler ve kullandıkları araçlarla köken aldığı yaygın bir düşüncedir. Bu düşünce, sporun evriminde insanların günlük yaşamlarını sürdürebilmek için geliştirdikleri beceri ve tekniklerin büyük rol oynadığını öne sürmektedir (Tekin ve Tekin, 2014). Sporun geçmişi bireylerin aktif olarak varlık gösterdiği dönemler kadar eskiye dayanmaktadır. Spor, bireylerin tabiat ve çevre üzerindeki becerilerini geliştirmeleri için faydalı bir yöntem olmuştur (İmamoğlu ve Koca, 2018). Kısaca insanlık tarihi kadar geçmişe sahip olan spor, geçmişten günümüze toplumların faaliyet alanlarını kapsayan özel bir bilim alanı olarak karşımıza çıkmaktadır (Özdemir ve Murathan, 2023).

Aslında, her tarihi dönemde fazlasıyla popüler olmasına rağmen "spor" kavramı modern bir terimdir. İlk defa 1440 yılında İngiltere'de ortaya çıktığı düşünülmektedir. Latince "deportare" kökenli olan bu terim, Fransızca'da başlangıçta "kendini eğlendirmek" anlamına gelirken zamanla değişim göstererek başka bir düzeye gelmeyi ifade etmiş ve bugün anladığımız anlamda atletik faaliyetler ile rekabeti de kapsayan bir hale gelmiştir (Batmaz ve ark., 2017; Akıncı, 2021).

Antik Olimpiyatlar

Eski Romalılar, tanrıların öfkesini yatıştırmak ve her birini onurlandırmak amacıyla adaklar ve hayvan kurbanları sunarak tapınaklara gitmişlerdir. Bunun yanı sıra halkın eğlencesi için sportif yarışmalar, sirk gösterileri ve müzik performansları düzenlenirdi. (Kyle,2014). Olimpiyat Oyunları, milletleri bir araya getiren mega bir spor etkinliği olmanın yanı sıra, bir ülkenin ve şehrin imajını, ekonomisini, sosyal ve kültürel potansiyelini geliştirmek, turizm ve spor imkanlarını iyileştirmek amacıyla düzenlenen en önemli etkinliklerden biridir. Olimpiyat Oyunları'nın tarihi kesin olmamakla birlikte, M.Ö. 8. yüzyıla kadar uzanmakta ve Antik Yunan kültürüne dayanmaktadır. O dönemde bu kutsal oyunlar, tanrıları memnun etmek amacıyla düzenlenirdi (Aslan ve ark., 2019).

Antik Olimpiyat Oyunları, M.Ö. 776 yılında Olimpia şehrinde düzenlenmiştir. Roma İmparatorluğu'nun Yunanistan'ı fethetmesinin ardından, Olimpiyatlar Atina'da yapılmaya başlanmıştır (Overmyer, 2017). Oyunların ilk gününde, Gençler koşusu, boks ve güreş müsabakaları düzenlenirdi. İkinci gün ise hipodroma toplu bir yürüyüş yapılır, ardından araba ve at yarışları ile pentatlon (disk atma, cirit atma, uzun atlama, koşu ve güreş) etkinlikleri gerçekleştirilirdi. Üçüncü gün koşu yarışmaları yapılır, dördüncü günde ise güreş, boks ve pankration gibi müsabakalara yer verilirdi. Ayrıca zırhlı koşu yarışmaları da düzenlenirdi. Beşinci gün ise dereceye giren yarışmacılar Zeus Tapınağı'na yürür, zeytin dalı taç giyme töreni ve zafer kutlamaları yapılırdı (Karaküçük, 1988).

Antik Olimpiyatlar, milattan sonra 380 yılına kadar Yunan tanrılarına adanmış olarak düzenlenmiştir. Ancak Roma İmparatorluğu'nun Hristiyanlığı kabul etmesiyle birlikte, bu oyunlar yasaklanmaya başlanmıştır. İmparator I. Theodosius, 393 yılında antik Olimpiyatları, pagan inançlarını desteklediği gerekçesiyle yasaklamıştır (Yıldıran, 2014).

Türklerde Spor

Türk kültürü içinde yer alan spor branşları genel olarak atlı ve atsız yapılan spor branşları olmak üzere iki gruba ayrılmaktadır. Bu etkinlikler, yuğ (yas) ve toy (şenlik) günlerinde gerçekleştirilirdi. Atlı sporlar içerisinde düz at yarışları, binicilik, cirit, gökbörü, çevgen, beyge, alaman beyge, kızkovar, cop, topuz çarptırmanı, yar atlama, sağmen, tellal, çambı atmay, cılanay çarpış, aygır yarış, oğdاری, öpkü çarpış, kunan yarış, cırğa tartu, er ve bayan sayış, kuruş kapmak, atlı okçuluk, atlı avcılık ve rahfan gibi 25 farklı sporu barındırmaktadır. Bu sporlar arasında çevgen, günümüzde uluslararası düzeyde "polo" olarak bilinir. Atsız yapılan Türk spor branşlarına baktığımızda, palvan güreş, apan güreş, yağlı güreş, aba güreşi, şalvar güreşi, bayrak, karsak ve karakucak güreşleri günümüzde hala ilgi gören spor dalları olarak ön palandadırlar (İmamoğlu ve Taşmektepligil, 1997; Murathan ve ark., 2019).

Türklerin Anadolu'ya gelişleriyle birlikte, yağlı güreşlerin yaygın olduğu bölgeler de ortaya çıkmıştır. İlk olarak Tokat-Zile, Ordu-Aybastı (Perşembe Yaylası) ve ardından Antalya'nın Elmalı Yeşil Yayla Güreşleri, Anadolu'nun en eski güreş festivalleri arasında yer almaktadır. Tokat bölgesindeki güreşlerin yaklaşık bin yıl önce uygulandığı düşünüldüğünde, Türklerin Anadolu'ya adım atmasıyla birlikte ortaya çıkan kültürel ritüelden bahsedilebilir. Osmanlı Beyliği'nin kurulmasının ardından, Orhan Gazi döneminde Bursa'da ve I. Murad döneminde Edirne'de pehlivan tekkeleri sayesinde güreşler daha düzenli bir hale gelmiştir. Osmanlı Devleti'nin Balkanlardaki fetihleriyle birlikte, yağlı güreşlerin en prestijli alanı Ahır Köy (Kırkpınar, Yunanistan) olmuştur. Balkan Savaşları'nın kaybedilmesinden sonra ise Kırkpınar Yağlı Güreşleri yeni mekânı olarak Edirne'nin Sarayı'ya taşınmıştır (Karadoğan, 2020).

Yağlı güreşler, er meydanında gerçekleştirilen ve güreşçilere "pehlivan" denilen bir spor dalıdır. Tarihçilere göre, Osmanlı padişahı I. Murat tarafından 6 Mayıs 1361'de başlamıştır. Bu tarihten sonra Kırkpınar güreşleri, geleneksel bir şekilde sürdürülmektedir. Edirne'nin fethinin ardından başlayan Kırkpınar yağlı güreşleri, Türk kültürünün önemli ve vazgeçilmez öğelerinden biri haline gelmiştir (Soygüden, 2018). Özellikle Sultan Abdülaziz ve Sultan Abdülhamid, güreşe büyük bir önem vermiştir. Her iki padişah da güreşçileri desteklemiş, onları koruyup çeşitli hediyelerle onurlandırmışlardır (Dever ve İslam, 2015).

Türk Cumhuriyetlerinin Bağımsızlığı

Sovyetler Birliği, 1980'lerin başlarından itibaren ekonomik ve siyasi sorunlarla karşılaşmaya başlamıştır. 1985'te iktidar olan son siyasi lider Mihail Gorbaçov, Sovyetleri tekrardan canlandırmak amacıyla 1986'da Perestroika ve Glasnost politikalarını uygulamıştır. Bu politikalar, farklı sonuçlar doğurarak rejimin baskısının azalmasıyla halklar arasında milliyetçilik duygularının yeniden alevlenmesine neden olmuştur. 1986'dan itibaren Türk cumhuriyetlerinde bağımsızlık yanlısı siyasi ve toplumsal olaylar ortaya çıkmıştır. Bu gelişmeler, SSCB'nin çözülme sürecini hızlandırarak, Baltık devletleri başta olmak üzere, Rus olmayan halkların bağımsızlık mücadelesine girişmesine neden olmuştur. Bu halk hareketleri, Sovyetler Birliği içindeki Türk cumhuriyetlerine de yayıldı. Sonuç olarak, 1991 yılında Azerbaycan, Kazakistan, Özbekistan, Türkmenistan ve Kırgızistan bağımsızlıklarını ilan

ettiler. Sovyetler Birliği'nin 1991'de dağılmasıyla birlikte bu beş Türk cumhuriyeti, uluslararası arenada kendi yerlerini almışlardır (Artam, 1993).

Bağımsızlıkların kazanılmasından sonra, yeni Türk Cumhuriyetlerinde 70 yıl boyunca süre gelen Sovyetler birliği nüfuzunun giderilmesi amacıyla sosyal yapı, dil ve kültür politikalarında önemli değişiklikler yapılmıştır. Bu süreçte, Sovyet politikalarının Türk halkları üzerindeki etkilerini ortadan kaldırmaya yönelik çeşitli çabalar yürütülmüştür. İlk olarak, yeni bayrakların belirlenmesi, yeni milli marşların kabulü, yeni paraların basılması ve yeni orduların kurulması gibi bağımsızlık sembollerinin oluşturulması gibi değişiklikler gerçekleştirilmiştir (Geybullayev ve Kurubaş, 2002).

1990'lı yılların başında Sovyetler Birliği'nin parçalanmasından sonra, birçok ülke bu coğrafyada bağımsızlık kazanan milletlere yönelik uygulamalarını gözden geçirmiş ve yeni stratejiler geliştirmiştir. Türkiye de bu yeni dönemde, Türk Cumhuriyetleri ve Türk ve Akraba Toplulukları ile ilişkilerini güçlendirmek amacıyla çeşitli iş birliği girişimlerine başlamıştır. Bu girişimlerin temel amacının, Türkiye'nin Türk Dünyası ile olan bağlarını yeniden canlandırmak ve ilişkileri sürdürülebilir bir temele oturtmak olduğu söylenebilir (Kavak ve Başkan, 2001).

Modern Olimpiyatlar

1892 yılında USFSA (Atletik Spor Kulüpleri Birliği) kuruluş toplantısında, Baron Pierre de Coubertin, olimpiyat oyunlarının tekrardan başlatılması gerektiğini ilk kez dile getirmiştir. 1894'te, 12 ülkeden 2000 sporseverin katıldığı kongrede oy birliğiyle olimpiyat oyunlarının tekrardan yapılmasına karar verilmiştir. Bu karar ile birlikte olimpizmin ilk sloganı olan *Citius, Altius, Fortius* (daha hızlı, daha güçlü, daha yüksek) da kabul edilmiştir. Eski olimpiyatlar her dört yılda bir aynı yerde yapılırken, modern olimpiyatlar her dört yılda bir farklı bir şehirde ve kıtada düzenlenip, tüm dünyanın ortak mirası olarak vurgulanmaktadır. 1894 yılında Paris'te yapılan kongreyle olimpiyatların yeniden başlatılması kararı alınmış ve bunun sonucunda Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) kurulmuştur. IOC, modern olimpiyat oyunlarının yönetimi, gelişimi ve denetiminden sorumludur ve uluslararası hukuka tabi, tüzel kişiliği olan kalıcı bir kuruluştur. Merkezi ise İsviçre'nin Lozan kentinde bulunmaktadır (Fıratlı, 1988).

Modern Olimpiyat Oyunları, Pierre de Coubertin'in öncülüğünde yeniden şekillendirilerek 1896 yılında Yunanistan'ın Atina şehrinde gerçekleştirilmiştir. Coubertin, Olimpiyatları evrensel barış ve kardeşlik değerlerini tüm dünyaya yaymak için bir araç olarak görmüştür ve bu nedenle modern Olimpiyat Oyunları'nın kurucusu olarak kabul edilmektedir. Bu değerler, Olimpiyat Oyunları'nı diğer büyük spor etkinliklerinden ayıran en önemli özellik olarak öne çıkmaktadır (Crowther, 2004).

1992 Barselona Oyunları

1988 Olimpiyat Oyunları'nın ardından dünya, önemli siyasi değişikliklere sahne olmuştur. Güney Afrika, 1960'tan bu yana ilk kez Olimpiyat Oyunları'na katılırken Berlin Duvarı'nın yıkılması ile Batı ile Doğu Almanya'nın birleşmesi gerçekleşmiştir. Sovyetler Birliği ise dağılma sürecine girerek 15 bağımsız ülkeye ayrılmıştır. 1992 Barselona

Olimpiyatları'nda, Estonya ve Letonya bağımsız takımlarla yarışırken diğer eski Sovyet cumhuriyetleri ise "birleşik takım" adıyla olimpiyatlara katılmışlardır (Olympics, 2024).

Tablo 1. SSCB'nin Dağılmasından Sonra Türki Cumhuriyetlerin Olimpiyatlardaki Madalya Sayıları

Olimpik Yaz Oyunları	TürkCumhuriyet	Altın	Gümüş	Bronz	Toplam
2024 Paris	Özbekistan	1	0	1	2
2024 Paris	Kırgızistan	0	1	4	5
2024 Paris	Kazakistan	0	1	0	1
2024 Paris	Azerbaycan	0	0	3	3
2024 Paris	Türkiye	0	0	2	2
2020 Tokyo	Kırgızistan	0	2	1	3
2020 Tokyo	Azerbaycan	0	1	2	3
2020 Tokyo	Türkiye	0	0	3	3
2020 Tokyo	Kazakistan	0	0	1	1
2020 Tokyo	Özbekistan	0	0	1	1
2016 Rio	Türkiye	1	2	2	5
2016 Rio	Azerbaycan	0	3	6	9
2016 Rio	Kazakistan	0	1	2	3
2016 Rio	Özbekistan	0	0	3	3
2012 Londra	Azerbaycan	2	2	3	7
2012 Londra	Kazakistan	0	0	4	4
2012 Londra	Türkiye	0	0	1	1
2008 Pekin	Türkiye	1	0	1	2
2008 Pekin	Azerbaycan	0	1	2	3
2008 Pekin	Kazakistan	0	1	2	3
2008 Pekin	Kırgızistan	0	1	2	3
2008 Pekin	Tacikistan	0	1	0	1
2004 Atina	Özbekistan	2	1	0	3
2004 Atina	Azerbaycan	1	0	0	1
2004 Atina	Kazakistan	0	2	1	3
2004 Atina	Türkiye	0	1	2	3
2000 Sidney	Türkiye	1	0	1	2
2000 Sidney	Azerbaycan	1	0	0	1
2000 Sidney	Kazakistan	0	1	0	1
2000 Sidney	Özbekistan	0	1	0	1
1996 Atlanta	Türkiye	2	0	1	3
1996 Atlanta	Kazakistan	1	0	1	2
1996 Atlanta	Azerbaycan	0	1	0	1
1992 Barselona	Türkiye	1	2	1	4
1992 Barselona	*Birleşik Takım	6	5	5	16

Kaynak: Tablo 1. <https://olympics.com/en/olympic-games> adresinden tablolaştırılmıştır.

*Kazak sporcular Daulet Bolatuly Turlykhanov ve Elmadi Zhabrailov gümüş madalya kazanırken, Azerbaycanlı sporcu Vugar Orujov bronz madalya kazanmıştır.

Türk Cumhuriyetleri genel olarak Olimpiyatlarda çeşitli yıllarda başarılar elde etmiştir. Ancak son yıllarda Türkiye'nin madalya sayısında bir azalma görülürken Özbekistan ve Kırgızistan ise son dönemlerde performanslarını artırarak öne çıkmaya başlamıştır. Bu durum, spor politikalarının ve desteklerin etkili bir şekilde yürütülmesinin önemini vurgulamaktadır. Her ülkenin Olimpiyatlardaki geçmişi ve performansı, gelecekteki spor politikaları ve yatırımlar açısından bir gösterge niteliği taşımaktadır.

Tablo 2. Türk Cumhuriyetlerin SSCB'nin Dağılması Sonrası Olimpiyatlardaki Toplam Madalya Sayıları

Ülke	Altın	Gümüş	Bronz	Toplam
Türkiye	6	5	14	25
Azerbaycan	4	8	16	28
Kazakistan	1	6	11	18
Özbekistan	3	2	5	10
Kırgızistan	0	4	7	11
Tacikistan	0	1	0	1
Toplam	14	26	53	93

Kaynak: Tablo 2. <https://olympics.com/en/olympic-games> adresinden tablolaştırılmıştır.

Tablo 2 incelendiğinde Azerbaycan, 28 madalya ile en fazla madalya kazanan ülke konumunda yer almaktadır. Aynı zamanda 16 bronz madalya ile en fazla bronz madalya kazanan Türk Cumhuriyeti Azerbaycan'dır. Özellikle bronz madalya sayısının yüksekliği, sporcuların madalya kürsüsünde yer alma başarısını ortaya koymaktadır.

Türkiye, toplam 25 madalya ile ikinci sırada yer almaktadır. 6 Altın madalya sayısı ile en fazla altın madalya kazanan Türki Cumhuriyetin Türkiye olduğu görülmektedir. Gümüş ve bronz madalya sayısının yüksek olması daha fazla altın madalya kazanma potansiyelinin olduğunu da göstermektedir.

Kazakistan, toplam 18 madalya ile üçüncü sırada yer almaktadır. Altın madalya sayısı düşük olmasına rağmen gümüş (6) ve bronz (11) madalya sayılarının fazlalığı Kazakistan'ın güreş sporunda çeşitli başarılar elde ettiğini göstermektedir.

Özbekistan ve Kırgızistan'ın madalya sayılarına bakıldığında bireysel sporlarda önemli bir potansiyele sahip olduklarını göstermektedir. Tacikistan, sadece 1 gümüş madalya kazanarak en az madalya alan ülke konumunda yer almaktadır. Bu durum Tacikistan'ın olimpiyatlar düzeyinde güreş alanında daha fazla gelişime ihtiyaç duyduğunu göstermektedir.

Sonuç

Güreş, Türk devletlerinde köklü bir geçmişe sahip ve kültürel açıdan önemli bir yere sahip olan bir spordur. Bu sporun, tarihsel olarak hem eğlence hem de savaş hazırlığı amacıyla icra edildiği görülmektedir. Türk kültüründe güreş, özellikle pehlivanlık geleneği ile özdeşleşmiştir. Pehlivanlar, toplumda saygı gören figürler olarak kabul edilir ve çeşitli festivallerde yarışarak yerel ve ulusal düzeyde ün yapmışlardır.

Güreş, Türk devletlerinde toplumsal değerlerin, geleneklerin ve dayanışmanın bir simgesi olarak önem taşır ve genç nesillere aktarılması gereken bir kültürel miras olarak kabul edilir. Güreş, Türk toplumunda gençlerin fiziksel gelişimini destekleyen ve disiplin kazandıran bir spor olarak öne çıkar. Okullarda ve spor kulüplerinde güreş eğitimi verilmektedir. Bu, gençlerin sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazanmalarına ve kişisel gelişimlerine katkı sağlamaktadır.

Türk Cumhuriyetlerinde de güreş önemli bir spor dalıdır. Örneğin, Kazakistan ve Özbekistan'da da geleneksel güreş türleri bulunur ve bu türler ulusal festivallerde büyük ilgi görür. Ayrıca, modern spor organizasyonları içinde de güreş branşı, uluslararası düzeyde temsil edilmektedir. Güreşin yapısı, farklı Türk devletlerinde bazı benzerlikler gösterse de her bölgenin kendine özgü kuralları ve gelenekleri vardır. Türkiye ve Türk cumhuriyetleri, olimpiyatlarda ve dünya şampiyonalarında önemli başarılar elde eden güreşçiler yetiştirmiştir. Bu durum, güreşin sadece geleneksel bir spor dalı olmadığını, aynı zamanda uluslararası alanda da rekabetçi bir yapı kazandığını göstermektedir.

Sonuç olarak Türk Cumhuriyetleri'nin güreş alanında genel olarak başarılı bir performans sergilediğini söylemek mümkündür. Ancak bazı ülkelerin uluslararası başarı elde etmek için daha fazla yatırım ve destek alması gerektiği açıktır. Türkiye ve Azerbaycan, bu bağlamda öne çıkan ülkeler olarak, diğer Türk Cumhuriyetleri için birer örnek teşkil edebilirler. Özellikle Türkiye'nin son olimpiyat oyunlarında yaşadığı düşüş göz önüne alındığında Türk tarihinde önemli bir yeri olan güreş sporunun daha fazla uluslararası alanda başarıya ulaşması gerektiği söylenebilir.

KAYNAKÇA

- Akıncı, A.Y. (2021). *Spor tarihi* (Beden eğitimi ve spor bilimi, Editörler, Gökhan Arıkan, Erkan Çimen, 1. Baskı). Efe Akademi Yayınları. İstanbul.
- Artam, A. (1993). *Türk Cumhuriyetlerinin sosyo-ekonomik analizleri ve Türkiye ilişkileri*, İstanbul: Sabri Artam Vakfı Yayınları.
- Batmaz, H. Ç., Devecioğlu, S., & Murathan, T. (2017). Türkiye'de Futbolun Kurumsal Değişimi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 47-56
- Crowther, N. (2004). The state of the Modern Olympics: Citius, Altius, Fortius?. *European Review*, 12(3), 445-460.

- Demirkan, E., Kutlu, M., Koz, M., Özal, M., & Favre, M. (2014). Physical fitness differences between freestyle and Greco-Roman junior wrestlers. *Journal of human kinetics*, 41, 245.
- Dever, A. ve İslam, A. (2015). Tarihsel süreç içerisinde Türk kültüründe spor algısı. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(5), 46-61.
- Festuccia, S. (2014). Sport representation: Transfer images of agonistik contests. *9th ICAANE Basel*, 1, 99-110.
- Geybullayev, .P., & Kurubaş, Y. (2002). Türk Cumhuriyetlerinin entegrasyonu: Fırsatlar, sorunlar ve çözüm önerileri. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 7(1), 19-45.
- Gülgün Aslan, B., Yazıcı, K., Ünal Ankaya, F., & Balık, G. (2019). Olimpiyat köyleri, Ülkeye katkıları, Dünya'dan Türkiye'den örnekler. *Ulusal Çevre Bilimleri Araştırma Dergisi*, 2(1), 1-10.
- İmamoğlu, G., & Koca, F. (2018). Eski çağ misirda boks, güreş ve eskrim ile ilgili figürler üzerine yorumlar. *Journal of International Social Research*, 11(59): 554-559.
- İmamoğlu, O., Güney, G., Özdemir, K., & Toköz, K. (2024). *Sümerler, Asur, Hitit ve Urartu medeniyetleri sporları üzerine görüşler* (Spor yönetiminde güncel sorunlar, Editor, Samet Zengin, Akın Çelik 1. Baskı). Gazi Kitabevi. Ankara.
- İmamoğlu, O. & Taşmektepligil, M. Y. (1997). Türk kültüründe spor. *Ondokuz Mayıs University Journal of Education Faculty*, 10(1), 145-150.
- Karadoğan, U. C. (2020) Geçmişten geleceğe uzanan kültürel miras: Kırkpınar Yağlı Güreşleri. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Türk İnkılâp Tarihi Enstitüsü. Ankara.
- Kavak, Y., & Baskan, G. A. (2001). Türkiye'nin Türk Cumhuriyetleri, Türk ve akraba topluluklarına yönelik eğitim politika ve uygulamaları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(20), 92-103.
- Kyle, D. G. (2014), *Sport and spectacle in the ancient World*, John Wiley & Sons, Ltd, The Atrium, Southern Gate, Chichester, West Sussex.
- Murathan, F., Koç, M., Kartal, M., & Murathan, T. (2019). Osmanlı Devleti'nde Binicilik. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 31, 769-807.
- OLYMPICS-a <https://olympics.com/en/sports/wrestling/>
- OLYMPICS-b <https://olympics.com/en/olympic-games/barcelona-1992>
- OLYMPICS-c <https://olympics.com/en/olympic-games>
- Overmyer, M. P. (2017). Economic impact analysis on olympic host-cities. *Ho nors Projects*. 647.

- Özdemir, G. & Çalışkan, V., (2018). Geleneksel bir sporun coğrafyası: Türkiye’de yağlı güreşler (Kırkpınar-Edirne ve Çardak-Çanakkale güreşleri), TÜCAUM 30. Yıl Uluslararası Coğrafya Sempozyumu.
- Özdemir, K., & Murathan, T. (2023). *Examining The Emotional Labor Behaviors of Trainers: The case of Erzurum province. TOJRAS. 12(4):751-8.*
- Soygüden, A. (2018). 656. Kırkpınar yağlı güreşlerine katılan seyircilerin sosya-demografik özellikleri ve katılım sebepleri. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 20(2), 337-352.*
- Tekin, A., & Tekin, G. (2014). Antik Yunan dönemi: Spor ve Antik Olimpiyat oyunları, *Journal of History School (JOHS), 7(XVIII), 121-140.*
- Toy, A. B. (2015). *Serbest ve grekoromen stil güreşçilerin hedef yönelimi ve yaşam doyumu ilişkisi.* Yüksek Lisans Tezi, Hitit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Çorum.
- Türkmen, M., & Arstanbekov, S. (2020). Türk halklarında güreş (çi) Kavram ve Algıları, Sporda Bilimsel ve Akademik Yaklaşımlar (içinde), Gece Kitaplığı.
- Yard, E. E., & Comstock, R. D. (2008). A comparison of pediatric freestyle and Greco-Roman wrestling injuries sustained during a 2006 US national tournament. *Scandinavian journal of medicine ve science in sports, 18(4), 491- 497.*
- Yıldıran, I. (2014). Antikiteden moderniteye olimpiyat oyunları: Idealler ve ger çekler. *Hece Batı Medeniyeti Özel Sayısı, 18(210-212), 555-570.*