



**T.C.
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ**

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI

**E-SPOR VE GELENEKSEL SPOR İLE UĞRAŞAN SPORCULARIN
ZİHİNSEL DAYANIKLILIK VE BİLİŞSEL ESNEKLİK DURUMLARININ
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

GÖRKEM MENTEŞ

DANIŞMAN

PROF. DR. ÖZCAN SAYGIN

TEMMUZ, 2019

MUĞLA



**T.C.
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ**

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI

**E-SPOR VE GELENEKSEL SPOR İLE UĞRAŞAN SPORCULARIN
ZİHİNSEL DAYANIKLILIK VE BİLİŞSEL ESNEKLİK DURUMLARININ
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

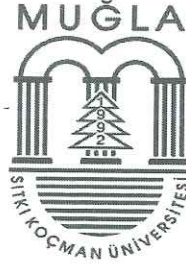
GÖRKEM MENTEŞ

DANIŞMAN

PROF. DR. ÖZCAN SAYGIN

TEMMUZ, 2019

MUĞLA



T.C.
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI

E-SPOR VE GELENEKSEL SPOR İLE UĞRAŞAN SPORCULARIN
ZİHİNSEL DAYANIKLILIK VE BİLİŞSEL ESNEKLİK DURUMLARININ
İNCELENMESİ

GÖRKEM MENTEŞ

..... Sağlık Bilimleri Enstitüsünde
“Yüksek Lisans”
Diploması Verilmesi İçin Kabul Edilen Tezdir.

Tezin Enstitüye Verildiği Tarih : 06.08.2019

Tezin Sözlü Savunma Tarihi : 18.07.2019

Tez Danışmanı : Prof. Dr. Özcan SAYGIN

Jüri Üyesi : Prof. Dr. Kürşat KARACABEY

Jüri Üyesi : Doç. Dr. Kemal GÖRAL

Enstitü Müdürü :

TEMMUZ, 2019

MUĞLA

TUTANAK

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nün 11./06./2019 tarih ve 141./06 sayılı toplantısında oluşturulan jüri, Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 24. maddesine göre, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi **Görkem Mentem**'in ".....E-Spor ve Geleneksel Spor ile Uğraşan Sporcuların Zihinsel Dayanıklılık ve Bilişsel Esneklik Durumlarının İncelenmesi...." adlı tezini incelemiş ve aday 18./07./2019 tarihinde saat 14.00'da jüri önünde tez savunmasına alınmıştır.

Adayın kişisel çalışmaya dayanan tezini savunmasından sonra 60.. dakikalık süre içinde gerek tez konusu, gerekse tezin dayanağı olan anabilim dallarından sorulan sorulara verdiği cevaplar değerlendirilerek tezin kabul..... olduğuna oybirliği ile karar verildi.

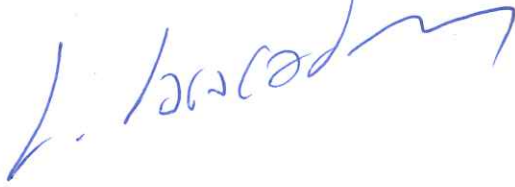


Tez Danışmanı

Prof. Dr. Özcan SAYGIN

Üye

Prof. Dr. Kürşat KARACABEY



Üye

Doç. Dr. Kemal GÖRAL



YEMİN

Yükseklisans tezi olarak sunduğum “E-spor ve geleneksel spor ile uğraşan sporcuların zihinsel dayanıklılık ve bilişsel esneklik durumlarının incelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

06./08/2019

Görkem Mentesh



YÜKSEKÖĞRETİM KURULU DOKÜMANTASYON MERKEZİ
TEZ VERİ GİRİŞ FORMU

YAZARIN **MERKEZİMİZCE DOLDURULACAKTIR.**

Soyadı : Mentеш
Adı : Görkem

Kayıt No:

TEZİN ADI

Türkçe : E-Spor ve Geleneksel Spor İle Uğraşan Sporcuların Zihinsel Dayanıklılık ve Bilişsel Esneklik Durumlarının İncelenmesi

Y. Dil : Investigation of Mental Toughness and Cognitive Flexibility of Sports Speaking with E-Sports and Traditional Sports

TEZİN TÜRÜ: Yüksek Lisans

Doktora

Sanatta Yeterlilik



TEZİN KABUL EDİLDİĞİ

Üniversite :

Fakülte :

Enstitü :

Diğer Kuruluşlar :

Tarih :

TEZ YAYINLANMIŞSA

Yayınlayan :

Basım Yeri :

Basım Tarihi :

ISBN :

TEZ YÖNETİCİSİNİN

Soyadı, Adı : SAYGIN ÖZCAN

Ünvanı: PROF. DR.

TEZİN YAZILDIĞI DİL : Türkçe

TEZİN SAYFA SAYISI: 104

TEZİN KONUSU (KONULARI) :

- 1.Spor
2. Zihinsel dayanıklılık
3. Bilişsel esneklik

TÜRKÇE ANAHTAR KELİMELER :

1. E-spor
2. Geleneksel spor
3. Zihinsel Dayanıklılık
4. Bilişsel Esneklik

İNGİLİZCE ANAHTAR KELİMELER: Konunuzla ilgili yabancı indeks, abstract ve thesaurus'u kullanınız.

1. E-sports
2. Traditional Sports
3. Mental Toughness
4. Cognitive Flexibility

- 1- Tezimden fotokopi yapılmasına izin vermiyorum
- 2- Tezimden dipnot gösterilmek şartıyla bir bölümünün fotokopisi alınabilir
- 3- Kaynak gösterilmek şartıyla tezimin tamamının fotokopisi alınabilir

Yazarın İmzası :



Tarih : 18/07/2019

ÖZET

Bu çalışmanın amacı geleneksel sporcular ile e-sporcuların zihinsel dayanıklılık ve bilişsel esnekliklerini incelemektir. Çalışmada katılımcıların zihinsel dayanıklılıklarını belirlemek için Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeğinden yararlanılmıştır. Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği Sheard ve ark. (2009) geliştirmiş, Türkçe geçerlik-güvenirlik çalışmasını ise Pehlivan (2014) yapmıştır. Katılımcılar bilişsel esnekliklerini incelemek için ise Bilişsel Esneklik Ölçeği kullanılmıştır. Bilişsel Esneklik Ölçeğini Martin ve Rubin (1995) geliştirmiş, Türkçe geçerlik-güvenirlik çalışmasını ise Altunkol (2011) yapmıştır. Çalışmamıza toplam 260 kadın, 345 erkek sporcu katılmıştır. Çalışmadaki 260 kadın sporcunun 119 kişisi geleneksel sporculardan seçilirken 141 kişi e-sporculardan seçilmiştir. 345 erkek sporculardan ise 163 kişi geleneksel sporculardan, 182 kişi e-sporculardan seçilmiştir. İki spor türü arasında Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği analizlerinde geleneksel sporcular ile e-sporcular arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). Sonuç olarak e-sporcuların zihinsel dayanıklılık skorları geleneksel sporculardan daha az olması anlamlı farkın oluşmasına sebep olmuştur. Ortaya çıkan farkın sebebi geleneksel sporcuların spor yapma yaşlarının e-sporculardan daha yüksek olması düşünülebilir. Zihinsel dayanıklılık açısından cinsiyet ayrımına bakıldığında, kadın ve erkek sporcular arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Ortaya çıkan anlamlı fark, kadın sporcuların zihinsel dayanıklılık skorlarının erkek sporculardan daha düşük olmasından kaynaklanmaktadır. Bilişsel Esneklik Ölçeği kullanılarak yapılan analizlerde ise sadece erkek geleneksel sporcular ile erkek e-sporcular arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). Sonuç olarak erkek geleneksel sporcuların bilişsel esneklik skorları erkek e-sporculardan daha düşüktür. Ortaya çıkan bu durum nedeni geleneksel sporcuların çocukluk döneminden itibaren tek bir branş üzerinde durması, e-sporcuların ise çocukluk döneminden itibaren farklı oyunlar oynayarak bilinmeyen etkenlere daha hazır olması olarak düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: E-spor, Geleneksel Spor, Zihinsel Dayanıklılık, Bilişsel Esneklik.

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the mental stamina and cognitive flexibility of traditional athletes and e-sportsmen. In the study, Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ) was used to determine the mental resilience of the participants. Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ) Sheard et al. (2009) developed the Turkish validity and reliability study Pehlivan (2014) has done. Cognitive Flexibility Scale was used to examine the cognitive flexibility of the participants. The Cognitive Flexibility Scale was developed by Martin and Rubin (1995) and the Turkish reliability and validity study was Altunkol (2011). A total of 260 female and 345 male athletes participated in the study. Of the 260 women athletes, 119 were selected from the traditional athletes, while 141 were chosen among the e-sportswomen. Of the 345 male athletes, 163 were selected from the traditional athletes and 182 from the e-sportsmen. A significant difference was found between the e-athletes and the traditional athletes ($p < 0.05$). E-athletes' mental toughness scores less than traditional athletes have caused a significant difference. The reason for the significant difference is that the sporting ages of traditional athletes may be higher than e-sportsmen. When we look at gender differences in terms of mental toughness Scale, there was a significant difference between male and female athletes ($p < 0.05$). The significant difference arises from the fact that female athletes' mental toughness scores are lower than that of male athletes. In the analyzes performed using Cognitive Flexibility Scale, a significant difference was found between male e-sportsmen and only male traditional athletes ($p < 0.05$). Male traditional athletes' cognitive flexibility scores are lower than that of male e-sportsmen. The reason for this situation is that the traditional athletes should stand on a single branch from childhood and e-sportsmen can play different games from childhood and become more ready for unknown factors.

Key Words: E-sports, Traditional Sports, Mental Toughness, Cognitive Flexibility.

TEŞEKKÜR

Lisans eğitimi yıllarımdan itibaren bizlere sürekli doğru yolu gösteren bilgi ve tecrübesiyle ğrencilerine en gncel bilgileri sunan manevi desteğini hiçbir zaman bizlerden esirgemeyen çok değerli danışman hocam Prof. Dr. zcan Saygın hocama çok teşekkür ediyorum. Ayrıca tez çalıŐmam esnasında bana her zaman kapısını açık tutan çok saygı değer Doç. Dr. Kemal Gral hocama, AraÇ. Gör. Dr. Halil İbrahim Ceylan hocama, AraÇ. Gör. Dr. Mevlt Yıldız hocama ve AraÇ. Gör. Dr. Ender Őenel hocama çok teşekkür ediyorum.

Eğitim hayatım boyunca maddi-manevi her anlamda destek olan beni eğitimi ve saygılı bir birey olarak yetiŐtirmeye çalışan saygı değer aileme ve beni asla yalnız bırakmayan tüm arkadaşlarıma çok teşekkür ediyorum.

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	I
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem.....	4
1.2. Alt Problemler.....	4
1.3. Araştırma Hipotezleri	5
1.4. Sınırlılıklar	5
1.5. Çalışmanın Amacı.....	5
1.6. Çalışmanın Önemi	6
1.7. Çalışma İle İlgili Kavram ve Terimler.....	7
2. GENEL BİLGİLER	9
2.1. Geleneksel Spor	9
2.1.1. Geleneksel Sporda Futbol	9
2.1.2. Geleneksel Sporda Basketbol.....	14
2.1.3. Geleneksel Sporda Voleybol.....	20
2.1.4. Geleneksel Sporda Hentbol.....	25
2.2. E-spor.....	30
2.2.1. E-sporda League of Legends.....	31
2.2.2. E-Sporda DOTA 2.....	34
2.2.3. E-sporda PUBG.....	37
2.2.4. E-sporda CS:GO	39
2.3. Zihinsel Dayanıklılık	41
2.4. Bilişsel Esneklik	42
3. YÖNTEM.....	44
3.1. Araştırmanın Amacı.....	44
3.2. Araştırmanın Yöntemsel Modeli	44
3.3. Veri Toplama Araçları	45
3.3.1. Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği (SMDÖ)	45
3.3.2. Bilişsel Esneklik Ölçeği (BEÖ)	45
4. BULGULAR	47
5. TARTIŞMA	73
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	83
7. KAYNAKÇA	84
8. EKLER.....	97
8.1. Katılımcı Bilgi formu.....	97
8.2. Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği	99

8.3. Bilişsel Esneklik Ölçeği.....	100
8.4. İzin Belgeleri.....	101
8.5. Kişisel Bilgiler	105



Şekiller Listesi

Şekil 1: E-spor 2017 Ağustos Ayı oyuncu Sayıları (Statista, 2018).....	3
Şekil 2: LOL Eşyalar (LOL, 2019 f).....	32
Şekil 3: LOL Oyun İçi Seçilen Karakterler (LOL, 2019 g).....	32
Şekil 4: League of Legends Harita (Min ve Ship, 2017).....	33
Şekil 5: DOTA 2 harita (Pobiedina ve ark, 2013).....	35
Şekil 6: DOTA 2 Kahramanlar (DOTA 2, 2019 c).....	36
Şekil 7: DOTA 2 eşyalar (DOTA 2, 2019 d).....	36
Şekil 8: PUBG Harita (PUBG, 2019 a).....	38
Şekil 9: PUBG Global Championship (PUBG, 2019 b).....	39



Tablolar

Tablo 1: Geleneksel spor ve e-spor ile ilgilenen katılımcıların Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Ölçeği'nin Shapiro-Wilk testi sonuçları ...	47
Tablo 2: Katılımcıların “Hangi meslek ile uğraşıyorsunuz” sorusuna vermiş oldukları cevapların yüzde ve frekans analizi	47
Tablo 3: Katılımcıların “Günde kaç saatinizi bu spora ayırıyorsunuz” sorusuna vermiş oldukları cevapların yüzde ve frekans analizi	48
Tablo 4: Katılımcıların “Günde kaç saatinizi bu spora ayırıyorsunuz?” Sorusuna verdikleri cevapların cinsiyet ve branşlara göre yüzde ve frekans analiz	48
Tablo 5: Katılımcıların “Yaşınız” sorusuna vermiş oldukları cevapların ortalama ve standart sapma değerleri.....	49
Tablo 6: Katılımcıların “Yaşınız” sorusuna vermiş oldukları cevapların branşlara göre ortalama ve standart sapma değerleri.....	50
Tablo 7: Katılımcıların “Gelir düzeyiniz” sorusuna vermiş oldukları cevapların yüzde ve frekans analizi.....	50
Tablo 8: Katılımcıların “Eğitim düzeyiniz” sorusuna vermiş oldukları cevapların yüzde ve frekans analizi	51
Tablo 9: Katılımcıların “Kaç yıldır bu sporu yapıyorsunuz” sorusuna vermiş oldukları cevabın yüzde ve frekans analizi	52
Tablo 10: Katılımcıların “Kaç yıldır bu sporu yapıyorsunuz?” Sorusuna verdikleri cevapların cinsiyet ve branşlara göre yüzde ve frekans analizi	52
Tablo 11: Çalışmaya katılan sporcuların cinsiyet ayrımına göre karşılaştırılması	53
Tablo 12: Çalışmaya katılan geleneksel sporcuların cinsiyete göre SMDÖ ve BEÖ açısından karşılaştırılması	54
Tablo 13: Çalışmaya katılan e-sporcuların cinsiyete göre SMDÖ ve BEÖ açısından karşılaştırılması	55
Tablo 14: Kadın geleneksel sporcular ile kadın e-sporcuların SMDÖ ve BEÖ açısından karşılaştırılması	56
Tablo 15: Erkek geleneksel sporcular ile erkek e-sporcuların SMDÖ ve BEÖ açısından karşılaştırılması	57
Tablo 16: Geleneksel sporcuların ve e-sporcuların SMDÖ ve BEÖ'ye göre incelenmesi.....	58
Tablo 17: Geleneksel spordaki ve e-spordaki branşların SMDÖ'nün güven alt boyutu açısından incelenmesi.....	59
Tablo 18: Geleneksel spordaki ve e-spordaki branşların SMDÖ'nün bağlılık alt boyutu açısından incelenmesi	60
Tablo 19: Geleneksel spordaki ve e-spordaki branşların SMDÖ'nün kontrol alt boyutu açısından incelenmesi	61

Tablo 20: Geleneksel spordaki ve e-spordaki branşların SMDÖ'nün toplam skorları açısından incelenmesi.....	61
Tablo 21: Geleneksel spordaki ve e-spordaki branşların BEÖ'nün farkında olma alt boyutu açısından incelenmesi	62
Tablo 22: Geleneksel spordaki ve e-spordaki branşların BEÖ'nün isteklilik alt boyutu açısından incelenmesi	62
Tablo 23: Geleneksel spordaki ve e-spordaki branşların BEÖ'nün öz yeterlilik alt boyutu açısından incelenmesi	63
Tablo 24: Geleneksel spordaki ve e-spordaki branşların BEÖ'nün toplam skorları açısından incelenmesi.....	63
Tablo 25: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün güven alt boyutu açısından incelenmesi.....	64
Tablo 26: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün bağlılık alt boyutu açısından incelenmesi	64
Tablo 27: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün kontrol alt boyutu açısından incelenmesi	65
Tablo 28: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün toplam skorları açısından incelenmesi	65
Tablo 29: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre BEÖ'nün farkında olma alt boyutu açısından incelenmesi.....	66
Tablo 30: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre BEÖ'nün isteklilik alt boyutu açısından incelenmesi	66
Tablo 31: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre BEÖ'nün öz yeterlilik alt boyutu açısından incelenmesi.....	67
Tablo 32: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre BEÖ'nün toplam skorlar açısından incelenmesi	67
Tablo 33: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün güven alt boyutu açısından incelenmesi.....	68
Tablo 34: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün bağlılık alt boyutu açısından incelenmesi	68
Tablo 35: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün kontrol alt boyutu açısından incelenmesi.....	69
Tablo 36: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün toplam skorları açısından incelenmesi	69
Tablo 37: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre BEÖ'nün farkında olma alt boyutu açısından incelenmesi.....	70
Tablo 38: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre BEÖ'nün isteklilik alt boyutu açısından incelenmesi	71
Tablo 39: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre BEÖ'nün öz yeterlilik alt boyutu açısından incelenmesi.....	71

Tablo 40: Geleneksel spordaki ve e-sportdaki erkek sporcuların branşlara göre BEÖ'nün toplam skorları açısından incelenmesi	72
---	----



Kısaltmalar:

- **E-spor:** Elektronik spor
- **SMDÖ:** Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği
- **BEÖ:** Bilişsel Esneklik Ölçeği
- **MOBA:** Multiplayer Online Battle Arena
- **FPS:** First Person Shooter
- **MMOFPS:** Massive Multiplayer Online First Person Shooter
- **BR:** Battle Royale
- **PUBG:** PlayerUnknown's Battlegrounds
- **CS:GO:** Counter-Strike: Global Offensive
- **LOL:** League of Legends
- **DOTA 2:** Defender of the Ancients 2
- **FIVB:** Federation International de Volleyball
- **İFAB:** International Football Association Board

1. GİRİŞ

Tarih boyunca insan toplulukları sürekli olarak değişim göstermiştir. Bu değişikliğe paralel olarak sporda, bir değişim göstermiştir. Çünkü spor her insan topluluklarında bir aktivite olarak yer almıştır. Spor tarihi ve insanlığın geçmişi arasında güçlü bir bağ vardır. Dolayısıyla insanlık toplum olarak geliştikçe ve değiştikçe spor da gelişmekte ve değişmektedir (Bayraktar, 2003).

İnsanlar boş zamanlarını doldurmak amacıyla aktiviteler bulmuşlardır. Bu aktiviteler kendi sosyal yaşamlarına yansıtan aktivitelerdir (Akın, 2008). Tarihte ilk insanların köleliğin dışında günlük yaşamlarını kolaylaştıracak icatlar üretmesi, keşfetmesi kendilerine daha fazla boş zaman yaratmıştır. Bu boş zamanlarını doldurmak için çeşitli, kendi kültürlerine yönelik oyunlar veya sporlar bulmuşlardır (Bayraktar, 2003). Spor tarihine baktığımızda ilk topluluklar sporu kendilerini korumak ve savaşmak mantığı ile yerine getiriyorlardı. Spor yapılma amacının savaş eğitimi olduğu gibi algılanıyordu (Demirci, 1999). Bu sporlar genellikle atıcılık, binicilik gibi sporlardır çünkü atıcılık ve binicilik savaşlarda kullanılan önemli savaş araçlarıydı. Günümüzde atıcılık, binicilik spor olarak yapılmaktadır.

Spor olarak belirtilen aktiviteler günümüze gelmeden önce bazı değişimlerden geçmiştir. Şuan ki modern sporlar geçmişten günümüze kadar gelen geleneksel sporlar olarak tanımlanabilir (Karahüseyinoğlu, 2008). Bununla birlikte Bronikowska ve Groll (2015) çalışmalarında oyunun tarihi yönden dikkate alınmadan geleneksel spor aktivitelerinin kültürel elementler, yerel kurallar ve fiziksel aktivite içermesi gerektiğinden ayrıca masa ve bilgisayar oyunlarının dikkate alınmadığından bahsetmektedir. Modern sporun evrensel bir dil, branşa özgü tesisleşme ve kendine ayrı bir sektör haline gelmesi geleneksel spordan kendini ayırdığını göstermektedir (Karahüseyinoğlu, 2007). Ancak yinede şuan modern spor olarak gösterilen temeli geleneksel spora bağlı olan sporlardan örneğin futbol sıkı kuralları olan bir şekilde 1800lü yılların ortasında İngiltere’de ortaya çıkmış ve İngiltere’de çok hızlı bir şekilde yayılmıştır (Çağlayan, 2003). Ayrıca futbolu gerçektede Çinliler icat etmiştir ve Çinliler bu oyuna “ts’u kü” ismini vermiştir (Stemmler, 2000). Futbol şuan bir modern spor olarak geçse de İngiltere kültürünü yansıtan bir geleneksel spor olarak hala devam etmektedir. Ayrıca e-spor oyunları ile

kıyaslanırken birçok araştırmacı futbol ve benzeri sporları geleneksel spor sınıfına koymaktadır. Bu anlamda e-spor ile karşılaştırıldığında e-spor oyunları dışındaki her spor dalı geleneksel spor olarak adlandırılmaktadır.

E-spor'da (elektronik spor) tıpkı geleneksel spor branşlarının gelişimi gibi teknoloji ile uyumlu bir şekilde ilerlemeye başlamıştır. İnternet ilk olarak Amerika Birleşik Devletlerinde askeri bir iletişim bağı olarak kullanılmıştır. Ancak internet günümüzde sadece askeri bir iletişim bağı değil aynı zamanda hepimizin yaşamlarının olmazsa olmazı haline gelen bir araç olmuştur (Levine, 2018). Günümüzde internetin ve teknolojininok üst düzey hale gelmesi boş zaman değerlendirme aktivitelerimizin yani oyunlarımızın da evrim geçirmesine yeni oyunlar üretilmesine neden olmuştur (Horzum ve ark., 2016). Bu durum hayatımızda e-spor kavramını oluşturmuştur. Elektronik sporun gelişimi geleneksel spora göre daha hızlı olmuş günümüzde geleneksel sporun izleyici sayılarına yaklaşmıştır (Statista, 2018). Bu nedenle e-spor yine büyük şirketlerin ilgisiniekmeye başlamış ve büyük yatırımların yapılmaya başlandığı bir sektör haline gelmiştir.

Günümüzde sporun içinde olarak e-spor diye bir kavram hayatımıza girmiş özellikle Y ve Z kuşağı için günlük hayatın içindeki rutin aktivitelerden biri haline gelmiştir. E-spor genellikle kendi kuralları olan rekabete dayalı dijital ortamda oynanan oyunlar olarak ifade edilmiştir (Wagner, 2006).

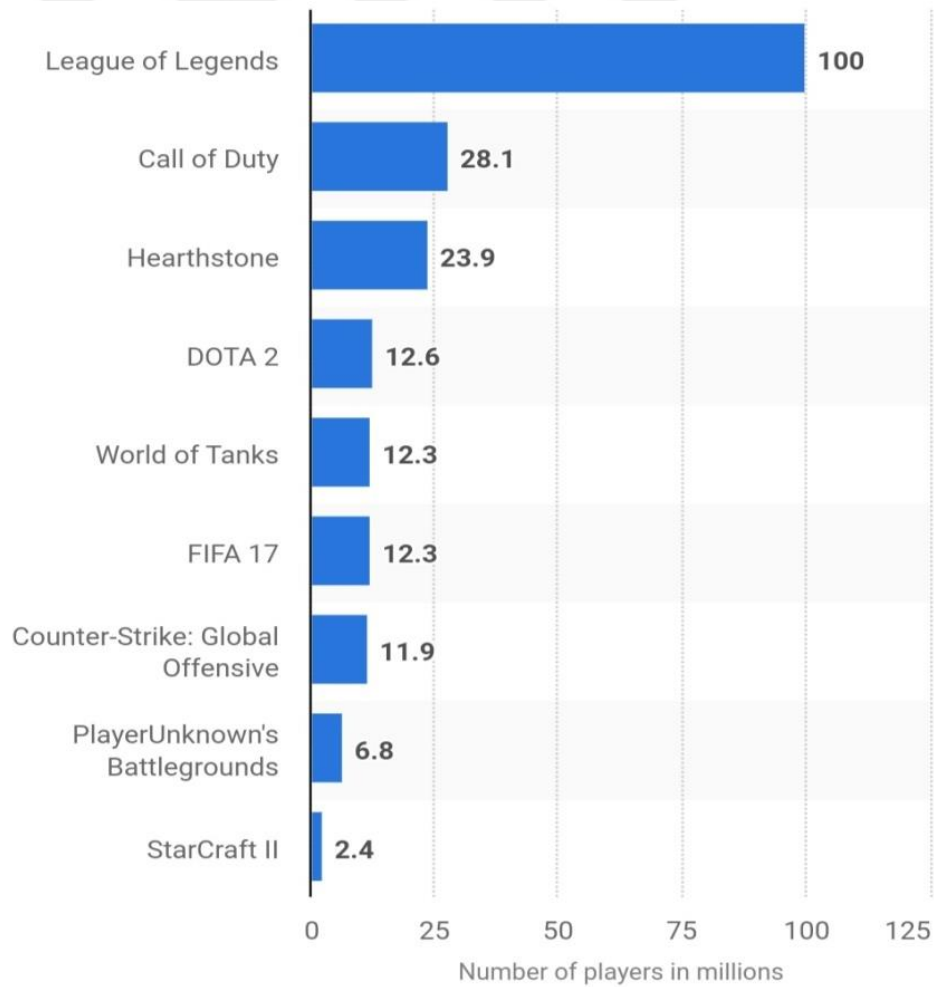
E-spor ya da bilgisayar oyunlarının spor olarak kabul edilip edilmediği spor bilimcileri tarafından hala tartışılmaktadır. Møller (2014) göre bir aktivitenin spor olarak kabul görmesi için 4 kriter vardır.

1. Aktivite dışarıdan bir amaca hizmet etmese de ve bu anlamda ciddiye alınmaması gerekse bile rekabetçi bir şekilde oynanır.
2. Amaç aktivitenin kuralları içerisinde hareket etmek ve ön sıralarda bitirmektir
3. Aktivite organize edilmeli ve sonuçların önemli olduğu ve kaydedildiği bir sistemde işlemelidir
4. Aktivite tarafsız bir hakem tarafından belirli kurallar çerçevesinde yönetilmelidir.

Çalışmamda Møller'in kriterlerine göre seçtiğimiz e-spor oyunları olan League of Legends, DOTA 2, CS:GO ve PUBG oyunlarına baktığımızda bu 4 e-spor oyunun spor olarak kabul edilebilir bu 4 seçili oyunun ortak özellikleri:

- I. Her oyunun kendine özgü kuralları vardır.
- II. Oyunların hepsi turnuvalarda takım oyunu olarak oynanmaktadır
- III. Oyunların hepsi rekabete dayalıdır.
- IV. Kendi ligleri, turnuvaları organizasyonları vardır.

2018 Statista verilerine göre ağustos ayında dünyada en çok oyuncu sayısına ulaşan bilgisayar oyunlarına baktığımızda League of Legends 100 milyon oyuncu sayısı ile birinci sıradadır, tezimizde seçtiğimiz diğer oyunlara baktığımızda ise CS:GO 11,9 milyon ile 7. sırada, PUBG 6,9 milyon ile 8. sırada, DOTA 2'nin ise 12,6 milyon oyuncu sayısı ile 4. sıradadır. (Statista,2018)



Şekil 1: E-spor 2017 Ağustos Ayı oyuncu Sayıları (Statista, 2018)

E-sportdaki günümüzde önemli derecelerde büyüme göstermektedir. Ülkemizde gençlik ve spor bakanlığına bağlı resmi olarak Türkiye E-spor Federasyonu (TESFED) 2018 yılında kurulmuş ve faaliyete geçmiştir. Tercih ettiğimiz oyunları çok kısa bir şekilde anlatmak gerekirse, PUBG oyunu uluslararası turnuvalarda genellikle takım halinde ama isteğe bağlı olarak turnuva dışında tek oyunculu giriş seçeneği de bulunan MMOFPS (Massive Multiplayer First Person Shoter) oyun türüdür (Desagita, 2018). Yani hayatta kalma oyunudur. Battle Royale oyun türü olarak da anılmaktadır. Takımlar veya bir birey belirli kurallar içinde belirli bir bölgede en son hayatta kalan kişiler olmaya çalışırlar. CS:GO uluslararası turnuvaları ile oldukça popüler olan bir oyundur. FPS(First Person Shoter) yani birinci şahıs nişancı oyunudur tüm oyunu karakterin gözünden görerek oynanan yine takım oynanmaktadır (Makarov ve ark, 2017). League of Legends ve DOTA 2 oyunları ise Multiplayer Online Battle Arena (MOBA) oyun türüdür (Yükçü ve Kaplanoğlu, 2018). 5'e 5 iki ayrı takımın bir alan içerisinde diğer takımın merkez üssünü yok etmesini hedefleyen bir oyun türüdür.

1.1.Problem

Geleneksel sporcular ile e-sporcuların zihinsel dayanıklılıkları ve bilişsel esneklikleri arasında fark var mıdır?

1.2.Alt Problemler

- Geleneksel spor ile uğraşan takım sporcularının zihinsel dayanıklılık becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir mi?
- E-spor ile uğraşan takım sporcularının zihinsel dayanıklılık becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir mi?
- Geleneksel spor ile uğraşan takım sporcularının bilişsel esneklik becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir mi?
- E-spor ile uğraşan takım sporcularının bilişsel esneklik becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir mi?

1.3.Araştırma Hipotezleri

- Geleneksel sporda takım sporcuları ile e-sporda takım oyunları ile uğraşan oyuncular arasında zihinsel dayanıklılık becerileri açısından fark vardır. Ortaya çıkan anlamlı fark geleneksel sporcuların lehinedir.
- E-sporda takım oyuncularını ile geleneksel sporda takım sporlarıyla ilgilenen sporcular arasında bilişsel esneklik becerileri açısından fark vardır. Ortaya çıkan anlamlı fark e-sporcuların lehinedir.
- Geleneksel spor ile uğraşan takım sporcularının zihinsel dayanıklılık becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir.
- E-spor ile uğraşan takım sporcularının zihinsel dayanıklılık becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir.
- Geleneksel spor ile uğraşan takım sporcularının bilişsel esneklik becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir.
- E-spor ile uğraşan takım sporcularının bilişsel esneklik becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir.

1.4.Sınırlılıklar

- Bu çalışma geleneksel sporda Muğla Üniversitesi Spor Kulübü, Muğla Büyükşehir Belediyesi Voleybol Kulübünde spor yapan sporcular ve Türkiye'deki e-spor oyunları oynayan oyuncular ile sınırlandırılmıştır.
- Çalışmada her iki grup içinde yaş sınırlaması 18-30 yaş arası olarak belirlenmiştir
- Sporcuların son 2 yıldır kendi branşlarını ya da oyunlarını yapıyor olması gerekmektedir.
- Çalışmada yararlanılan sporcular amatör ve profesyonel olarak kendi branşını gerçekleştiren bireylerden seçilmiştir.

1.5.Çalışmanın Amacı

Bu çalışma geleneksel sporlarda takım sporlarının ve e-spor oyunlarındaki takım oyunlarının zihinsel dayanıklılık ve bilişsel esneklik boyutlarını incelemek amacıyla yapılmıştır.

1.6.Çalışmanın Önemi

E-sporcuların zihinsel dayanıklılığını incelemek için önce Jones (2002) kendine inanç, arzu/motivasyon, baskı ve endişe ile başa çıkma, performansa ilişkin odak, hayat tarzına ilişkin odak ve acı/zorluk faktörlerini kapsayan zihinsel olarak dayanıklı sporcuların 12 özelliğine bakmak gerekir.

Jones ve ark. (2002) belirlediği 12 özellik:

1. Yarış hedeflerine ulaşma yeteneğine dair sarsılmaz bir inanca sahiptirler.
2. Artmış başarıma kararlılığı sonucunda performans aksiliklerinin ardından kendini toparlayabilirler.
3. Kendini rakiplerinden daha iyi yapan eşsiz özellik ve yeteneklere sahip olduğuna dair sarsılmaz bir öz inanca sahiptirler.
4. Başarmaya dair doyumsuz bir istekle dolu olma ve içselleşmiş güdülere sahiptirler.
5. Yarışmaya özgü dikkat dağıtıcı şeyler karşısında tamamen odaklanmış kalabilirler.
6. Umulmadık, kontrol edilemez olayların arkasından psikolojik kontrolü yeniden elde edebilirler.
7. Antrenmanda ya da yarışmada stres altında fiziksel ve duygusal acının sınırlarına ulaşmasına rağmen tekniğini ve mücadelesini sürdürerek bu durumları geri itebilirler.
8. Yarışma kaygısının önüne geçilemez olduğunu bilirler ve bu durumla başa çıkabilirler.
9. Diğer sporcuların iyi ya da kötü performanslarından etkilenmezler.
10. Yarışmanın baskısından zevk alırlar.
11. Kişisel hayattaki dikkat dağıtıcı şeyler karşısında tamamen odaklanmış halde kalabilirler.
12. Gerektiğinde spor odağını açıp kapatabilirler.

Jones ve ark. (2002) belirttiği faktörler (inanç, arzu-motivasyon, baskı ve endişe ile başa çıkma, performansa ilişkin odak, hayat tarzına ilişkin odak ve acı-zorluk faktörleri) seçtiğimiz e-spor oyunlarında rekabetçi bir oyun olduğu için başarıya ulaşmada olması gereken özellikler olarak dikkat çekmektedir. Bu çalışmada e-sporcuların zihinsel dayanıklılık açısından incelemeyi ve geleneksel sporcularla karşılaştırmayı hedeflemektedir.

Tıpkı geleneksel sporda olduğu gibi e-sporda belirli kurallar içinde dış etkenlere bağlı olarak kişinin zafere ulaşmak için doğaçlama bir şekilde ortaya çıkan durumlarla başa çıkması gereken bir aktivitedir. Bilişsel kavramını geleneksel spor ve e-spor ile kıyasladığımızda e-sporun daha çok bilişsel bir aktivite olduğu açıktır. Bilişsel esneklik ise Burke ve ark. (2006) tarafından istikrarsız ve stresli durumlar karşısında başa çıkmayı sağlamak olarak tanımlanmaktadır. Bu konu ile ilgili olarak spor bilimlerindeki çalışmalar yok denecek kadar azdır. Bu tez e-sporcuların bilişsel esnekliklerinin geleneksel sporculara göre daha yüksek olması gerektiğini aksi takdirde e-sporun spor olarak kabul edilip edilmediği tartışmalarının devam edeceğini belirtmektedir. Ayrıca ülkemizde e-spor ve geleneksel sporcuları aynı çatı altında inceleyen çalışmalar yok denecek kadar azdır. Bu da çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

1.7.Çalışma ile İlgili Kavram ve Terimler

Bilinen ilk e-spor turnuvası 19 Ekim 1972 yılında Stanford Üniversitesinde “Spacewar” isimli oyunla düzenlense de günümüzdeki haliyle e-spor kavramı Kore’de ortaya çıkmış ve Kore liderliğinde devam etmektedir. Kore’de e-spor turnuvaları televizyonlarda yayınlanıyor Koreli e-sporcular gençlerin örnek aldığı kişiler oluyor ve Kore kültüründe gençlik kavramı çevrimiçi oyunlarla tanımlanır hale gelmiştir (Jin, 2010). Wagner (2006) e-sporu insanların teknolojiyi kullanarak zihinsel ve fiziksel kabiliyetlerini geliştiren bir spor etkinliği olarak tanımlamıştır. E-spor kavramı ülkemizde ve dünyada hızlı bir şekilde büyümektedir.

Geleneksel spor gelenek ile spor arasında ki bağlantı incelendiğinde gelenekler kültürü oluşturan ve toplumun kendine özgü özellikleriyle farklı bir yere geçmesi iken, spor da bu farklılığı dışa vurarak tamamlayıcısı görevini görmektedir. Bir başka ifade ile geleneksel sporlar olgunlaşma sürecini tamamlamış kuralları

yöresel farklılıklar göstermesine rağmen özünde pek fazla değişmeyen milli ve dini özelliklere sahip oyunlardır (Karahüseyinoğlu, 2007).

Zihinsel dayanıklılık muhtemelen insanların en sık kullandığı fakat spor psikolojisinde en az anlaşılıp, uygulanan terimdir. Jones'un (2002) yaptığı çalışmaya göre zihinsel dayanıklılığı ikiye ayırmıştır. Özel dayanıklılık ve genel dayanıklılık özel dayanıklılık kararlı, kendine güven, odaklanmış, baskı altında daha iyi performans gösterebilmek olarak tanımlanırken genel dayanıklılık karşılarına çıkan engellerle ve rekabetçi bir ortamda rakipleriyle daha iyi başa çıkmak olarak tanımlanmıştır. Zihinsel dayanıklılık antrenörler ve sporcular tarafından performansı zirveye çekmek için önemli faktörlerden biri olarak gösterilmektedir (Erdoğan, 2016). Erdoğan (2016) çalışmasında ayrıca zihinsel dayanıklılığın ölçülmesinin Türk sporcuların psikolojik performansları açısından değerlendirilmesinin öneminden bahsetmiştir.

Bilişsel esneklik kavramı insanların sosyal yaşamlarına bakıldığında hayatlarımızın olmazsa olmaz bir parçasıdır. İnsanlar yaşamları boyunca değişikliklere maruz kalırlar ve bu değişikliklerle başa çıkmak zorundadırlar (Altunkol, 2011). Esneklik kelimesinin Türkçe anlamı Türk Dil Kurumunda bireyin değişen durumlar karşısında davranışlarını değiştirmede gösterdiği yetenek olarak ifade edilmektedir. Bilişsel ise Türk Dil Kurumu tarafından zekanın işleyişiyle ilgili olarak ifade edilmektedir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Geleneksel Spor

Geleneksel spor ve oyunlar insanların kendi geleneklerini geliştirir insanların kendilerini o toplumdaki hissetmelerini sağlar. Ayrıca geleneksel sporlar ve oyunlar kültürler, bölgeler arası değiş tokuşu teşvik eder ve kültüre ait bir referans oluşturarak toplumun kimliğini korur (Bronikowska ve Groll, 2005). Geleneksel sporlar ve oyunlar özellikler fiziksel oyunlar rekabetçi belirli kuralları olan bir etnik kültüre ya da halka doğrudan bağlı olan spor aktiviteleri olarak ilişkilendirilmiştir. Bu bağlamda geleneksel sporlar ve oyunlar geleneklerini korudular sporcuların veya oyuncular becerilerini geliştirmeyi sağladılar. Bugünü geçmişle ilişkilendirmeye yardım ettiler, yani geleneksel sporlar ve oyunlar sporun temel niteliklerini en iyi şekilde ortaya koydular (Blanchard, 1995).

2.1.1. Geleneksel Sporda Futbol

Futbol günümüze kadar çeşitli evrelerden geçmiş ve günümüzde şimdiki halini almıştır. Başlangıcı tam olarak bilinmese de ayak topu ile oynanan oyunlardan en önemlisidir. Tarihsel süreç içerisinde ayak ile oynanan oyunlardaki ekipmanların şekli, biçimi oyun kuralları kültürel açıdan farklılıklar göstermiştir ve bu oyunlara yüklenen anlamlarda farklılık göstermiştir (Ongan, 2010). Futbol Çin’de yaklaşık 10’ar kişiden iki takımın 4 köşeli bir alanda yaklaşık 5 metrelik bir kaleye sokmayı hedefleyen bir oyundur. İsmi Çin’de “ts’u-chu”dur (t’su: tekmelemek chu: doldurulmuş deri) (Ongan, 2010). Türklerin futbolu ilk olarak orta Asya’da Tepuk adı vererek oynadığı Divanı Lügati Türk kitabında Kaşgarlı Mahmut tarafından yazılmıştır. Modern futbol ise Romada askerler tarafından oynanan “Harpastruma” oyununa dayanmaktadır. Kuralların çok esnek olmasından dolayı çok sert bir şekilde oynanıyordu. Orta çağda ise köylüler şişirilmiş iškembeye top diye vuruyorlardı (Özmen, 2000).

Günümüzde futbol ise ilk kez İngiltere’de oynanmaya başlanmıştır. İlk futbol kulübü 1857 yılında Sheffield’da kurulmuştur. Modern futbolun doğumu ise 26 Ekim 1863 yılıdır (Çağlayan, 2003).

Futbolun ülkemize gelişi İngiltere'den çıkarak yayılmaya başlaması sırasında Osmanlı imparatorluğunun belli başlı ticaret limanlarına yerleşen İngilizler, futbolun ülkemize girmesini ve yaygınlaşmasını sağlamıştır. İlk olarak İzmir, İstanbul, Selanik gibi liman kentlerinde oynanmaya başlanmıştır. Bu şehirlerde İngilizler futbol oynarken Rumlar da onlara dahil olmuşlardır. İlk futbol kulübü 1984 yılında İzmir'de İngilizler tarafından kurulmuş ve adı "Football Club Smyrna" olmuştur. İstanbul'da futbol oynanmaya başlanması ise ancak 1895 yılında Kadıköy ve Moda semtlerinde olmuştur. İzmir'den İstanbul'a yerleşen İngilizler burada futbol oynamışlardır. Buradaki Rumlarda futbola merak salmışlardır ve futbol İstanbul'da çok büyük bir hızla yayılmıştır (Urartu, 1994).

2.1.1.1. Geleneksel Sporda Futbol Oyun Kuralları

2.1.1.1.1. Oyun Alanı

2.1.1.1.1.1. Oyun Alan Zemini

Alan zemini müsabaka talimatlarının izin verdiği doğal ve yapay malzemelerin bir arada kullanılması haricinde, tamamen doğal veya eğer müsabaka kuralları onay verirse, tamamen yapay olmalıdır. Yapay zeminlerin renginin yeşil olması gerekir (IFAB, 2018).

2.1.1.1.1.2. Oyun Alanın İşaretlenmesi

Oyun alanı dikdörtgen şeklinde olmalı ve tehlike arz etmeyecek şekilde devam eden çizgilerle işaretlenmelidir; eğer tehlike arz etmiyor ise suni oyun alanı materyali doğal alanlarının işaretlenmesinde kullanılabilir. Bu çizgiler sınırlarını belirledikleri alanlar içerisine dahildir. İki uzun sınır çizgisine taç çizgisi denir. İki kısa sınır çizgisine kale çizgisi denir. Oyun alanı her iki taç çizgisinin orta noktasını birleştiren bir yarı alan çizgisi ile iki eşit alana ayrılır. Eğer bir oyuncu oyun alanı çizgisinin dışında bir bölgede top ile harekette bulunursa hakem tarafından ihtar edilecektir (IFAB, 2018).

2.1.1.1.1.3. Ölçüler

2.1.1.1.1.4. Taç ve Kale Çizgisi

Taç çizgisi kale çizgisinden uzun olmak zorundadır.

Uzunluk (taç çizgisi)

Uzunluk (kale çizgisi)

En az 90 m (100 yards)

En az 45 m (50 yards)

En fazla 120 m (130 yards)

En fazla 90 m (100 yards)

Saha ölçüleri yukarıdaki ölçülere göre müsabaka talimatlarınca belirlenir (IFAB, 2018). Kale çizgilerinin tam ortasında bulunur. Kale iki kale direği ve bir üst direkten oluşur. İki direk arası 7,32 üst direğin yerden yüksekliği 2,44 metredir (Aracı, 2005).

2.1.1.1.1.5. Ceza Alanı

Kale direklerinin her birinin iç kenarlarından 16,5 m (18 yards) uzaklıkta, kale çizgisine dik iki çizgi çizilir bu çizgiler oyun alanına doğru 16,5m (18 yards) dik uzatılır ve kale çizgisine paralel çizilen bir çizgiyle birleştirilir (Aracı, 2005). Bu çizgiler ve kale çizgisiyle sınırlanan alan ceza alanıdır. Her bir ceza alanı içinde kale direklerinin ortasında 11m (12 yards) uzaklıkta bir penaltı noktası belirlenir (IFAB, 2018).

2.1.1.1.1.6. Köşe Alanı

Köşe alanı her bir köşe bayrak direğinden itibaren oyun alanı içine çizilen 1m. (1 yards) yarıçaplı çeyrek daire yayı çizilerek belirlenir (IFAB, 2018).

2.1.1.1.1.7. Top

Topun çevresi 70-68 cm olup ağırlığı 410-450 gram olmalıdır. Oyun sırasında top zarar görürse oyuna yedek top ile devam edilir hakemin onayı olmadan top değiştirilemez (Aracı, 2005).

2.1.1.1.2. Oyun Kuralları

2.1.1.1.2.1. Oyunun Süresi

Futbol büyük yaşlarda 45x2 den 90 dakika oynanmaktadır organizasyon durumuna göre uzatmalara gidebilir. Takımlar sahaya 11'e 11 çıkarlar bir tanesi kalecilik yapar (Aracı, 2005).

2.1.1.1.2.2. Başlama Vuruşu

Başlama vuruşu yapılmadan önce hakem para atışı ile kura yapar kurayı kazanıp topu ya da kaleyi seçen takıma göre iki takımdan bir tanesi başlama vuruşunu santra bölgesinden yaparak oyunu başlatır (Demirci, 1995).

2.1.1.1.2.3. Gol

Gol kale direkleri içinden topun tamamının kale çizgisini geçmesi ile olur rakibin daha fazla gol atan takım müsabakayı kazanır (Demirci, 1995).

2.1.1.1.2.4. Ofsayt Kuralı

Bir oyuncu top takım arkadaşından geldiği anda rakibin sonndan 2. Oyuncusunun arkasında ise bu durum ofsayt olarak nitelendirilir. Ancak taç atışında bu durum geçerli değildir (Demirci, 1995).

2.1.1.1.2.5. Topun Oyunda Olmadığı Durumlar

2.1.1.1.2.5.1. Duran Top Tanımı

Topun oyunda olmadığı durumlar herhangi bir kural ihlali ile oyunun durması, taç korner kaleci vuruşu ve gol gibi durumlarda topun kale çizgisi, taç çizgisi, kale vuruşu veya korner çizgisini geçtiği durumlardır (Aracı, 2005). Duran top kullanımı genellikle kural ihlalleri ya da topun oyun alanından dışarı çıkması sonucu gerçekleşir.

2.1.1.1.2.5.2. Kale Vuruşu

Kale vuruşu rakip tarafından topun dip çizgilerden dışarı çıkması sonucu kullanılan vuruşlardır (Demirci, 1995).

2.1.1.1.2.5.3. Köşe Vuruşu

Korner vuruşu ise kendi saha bölgesinde olan takım tarafından topun kısa kenar çizgisinden dışarı çıktığı durumlarda rakip takım tarafından uzun kenar çizgisi ve kısa kenar çizgisinin birleştiği yerden ayak ile yapılan vuruşlardır (Aracı, 2005).

2.1.1.1.2.5.4. Penaltı Vuruşu

Penaltı vuruşu bir takımın kendi ceza sahası içinde rakip oyuncuya ve topa karşı kural ihlali temaslarda bulunması sonucu hakem tarafından verilen bir karardır top penaltı noktasına konulur diğer tüm oyuncular ise ceza sahası dışında beklemek zorundadır (Demirci, 1995).

2.1.1.1.2.5.5. Serbest Vuruş

Serbest vuruş bir oyuncunun rakibine tekme atması ya da teşebbüste bulunması, çelme takması veya teşebbüste bulunması ve benzeri rakibe karşı yapılan temas dozunun aşılması gibi durumlarda kullanılır (Demirci, 1995).

Endirekt vuruş hakemler oyuncuların temas edilen bölgeye göre eliyle topa temas etmesine tehlikeli hareketlere kalecinin topu eliyle oyuna sokma süresinin gecikmesiyle endirekt serbest vuruş kararını verirler bu vuruşlarda doğrudan kaleye giden topolar gol değeri kazanmaz (IFAB, 2018).

2.1.1.1.2.5.6. Taç Atışı

Taç atışı topun kenar çizgilerden oyun alanından çıktığı durumlarda topu saha alanının dışına çıkaran takımın rakibi tarafından topun dışarı çıktığı bölgeden el ile kullanılan baş üstü atışlardır (Demirci, 1995).

2.1.1.1.2.6. Oyuncu Değişimi Kural ve İhlal Cezaları

2.1.1.1.2.7. Oyuncu Değişimi

Sakatlık sonucu sahayı terk eden oyuncu tekrar hakemin işaretiyle sahaya girebilir. Oyuncu değişimi olacaksa oyun durduğu anda hakemin işaretiyle oyuncu değişimine izin verilmektedir (IFAB, 2018).

2.1.1.1.2.8. Kurallar ve Cezalar

Kurallar dışında bir hareket yapan oyuncu hakem tarafından faul atışı ile başlatılır ihlalin boyutlarına göre hakem oyuncuya sarı kart (bir maçta aynı oyuncu

iki tane sarı kart görürse kırmızı kart görür ve oyundan ihraç edilir yerine başka bir oyuncu giremez), kırmızı kart gösterebilir (IFAB, 2018).

Eğer bir kaleci oyunu eliyle başlatırken top rüzgarın etkisiyle karşı kaleye hiç kimseye değmeden girerse gol geçerli sayılır futboldaki kurallara göre elle gol sadece bu şekilde olur (IFAB, 2018).

Rakip ceza sahasında serbest atış kazanılırsa baraj ile topun uzaklığı 9,15 m olmalıdır. Topa vurulduğu anda bu mesafeden daha yakın bir oyuncu olursa atış hakem tarafından tekrarlanır (IFAB, 2018).

Ceza sahası içinde yapılan hareketlerde bir kurar ihlali var ise penaltı atışı verilir penaltı atışını kullanan kişi topu rakipten gelmediği sürece topa dokunamaz (rakip kale direği dahil) (Urartu, 1994).

2.1.2. Geleneksel Sporda Basketbol

Basketbol oyunu Amerikalı bir beden eğitimi öğretmeni olan Dr. James Naismith tarafından 1891’de bulunmuştur. Naismith ilk olarak çalıştığı YMCA dershanesinin spor salonunda öğrencilerine oynatmıştır bu oyunu. Oyunu izledikten gerekli düzenlemeleri yapmıştır. Başlangıçta spor salonun karşılıklı duvarlarına asılan kağıt sepetlere topu sokturmaya çalışan Naismith bunu atletlere ve beybolculara bir kış antrenmanı olarak planlamıştır (Pazarözyurt, 2009). Basketbolu Dr. Naismith’in mayas kabilesinin “Tlahiotenie” oyunundan esinlendiği düşünülmektedir. İlk oynanış 7 şerli takımlardan 3’er devre ile oynatılmış, oyunun asıl hedefi sepetlere topu geçirmek olduğu için Naismith tarafından oyun basket (sepet) ball (topu) olarak adlandırılmıştır. Bu oyun daha sonra yayılarak gençlerin bu oyun üzerindeki isteklerini arttırmış ve Amerika’nın en popüler sporu haline gelmiştir (Urartu, 1990).

Basketbolun Avrupa’daki ilk denemeleri 1893 yılında Paris’in Treviso sokağındaki eski bir jimnastik salonunda yapılmaya başlanmıştır. Özellikle 1.Dünya savaşında Amerikan askerleri Avrupa’da basketbolun yayılmasında önemli bir rol oynamıştır. Amerikalılar milli spor olarak benimsedikleri basketbolu 1904 yaz olimpiyatlarında kulüpler arası maçlar düzenleyerek tanıtmış 1905 yılında Madison Square Garden salonunda kendine yer bulmuştur. (Urartu, 1990).

Uzak doğunun basketbol ile tanışması 193 yılında başlamış böyle basketbol birkaç yılın içinde Fransa, İngiltere, Avustralya, Hindistan, Çin başta olmak üzere tüm Dünya ülkelerinde hızla yayılmıştır. Uluslararası amatör basketbol federasyonu uluslar arası turnuvalar düzenlemek amacıyla İsviçre, Yunanistan, Portekiz, Çekoslovakya, Arjantin, Romanya gibi ülkelerin basketbol federasyonlarının iş birliği ile kurulmuştur (Sevim, 1991).

İlk Avrupa basketbol şampiyonası 1935 yılında başlamış olup 2 yılda bir düzenlenmektedir. Basketbol amatör spor branşı olarak olimpiyatlara ilk kez 1936'da dahil olmuştur bu olimpiyat Almanya'da gerçekleşmiştir. Dünya şampiyonası ise erkeklerde 1951 yılında başlamış bundan iki yıl sonra yani 1953'de dünya kadınlar dünya kupası düzenlenmeye başlamıştır (Sevim, 1991).

Ülkemizde basketbol 1904 yılında İstanbul Robert kolejinde oynanmaya başlamış daha sonra Galatasaray lisesinde oynanmaya devam etmiştir. İlk basketbol maçı Galatasaray lisesinde beden eğitimi öğretmeni olan Ahmet Robenson'un Galatasaray Lisesi öğrencilerini örgütlemesiyle gerçekleşmiş daha sonraları 1913 yılında Fenerbahçe spor kulübü basketbolda faaliyet göstermeye başlamıştır ilk ciddi karşılaşma ise 4 Nisan 1921 tarihinde Türkler ile Amerikalılar arasında oynanmıştır. 1925 yılında İstanbul Basketbol Mıntıkası kurulurken 1927 de ilk organizasyonlar yapılmış, basketbol Erkek Milli Takımımız 1934'de kurulmuş ilk resmi maçını 1936'da Yunanistan'a karşı yapmış 49-12 galip gelmiştir (Sevim,1991). 1 Mart 1959 yılında Türkiye basketbol federasyonu (TBF) kurulmuş ve 1966 yılında deplasmanlı basketbol ligi düzenlenmeye başlamıştır. 1959 ile 1966 yılları arasında basketbol organizasyonları düzenlenmiştir (Pazarözyurt, 2009). 1990'dan sonra gelişme kaydeden basketbolumuzda Galatasaray, Beşiktaş, Anadolu Efes, Fenerbahçe gibi takımlar Avrupa'da başarılar elde etmiştir (Öz, 2018).

2.1.2.1. Basketbol Oyun Kuralları

2.1.2.1.1. Müsabaka Hakkında Genel Bilgiler

Basketbol sahada 5 kişiden oluşan 2 takımla oynanır. Normalde 10 olan kadro sayısı 5 maçtan fazla oynanacak turnuvalarda 12 kişi olabilir (Urartu, 1990). Müsabaka 1 başhakem ve 1 ya da 2 yardımcı hakem tarafından yönetilecektir. Onlara masa hakemleri ve varsa teknik komiser yardımcı olacaktır. Masa hakemleri

skorboard, 24 saniye süresi, mola süreleri gibi durumlarda baş hakeme yardımcı olacaklardır (TBF, 2017).

Müsabaka hakemin 2 rakip oyuncunun arasından sahanın ortasından yapacağı hava atışıyla başlar. 10 dakikalık 4 periyottan oluşur, ilk iki periyot ilk yarı, son iki periyot ikinci yarı olarak kabul edilir (Demirci, 1995). Bir takım tarafından hücum edilen çember (sepet) rakibin çemberi bir takım savunma yapılan çember kendi çemberidir. Oyun süresi sonunda en fazla sayı atan takım kazanır. Müsabakaların eşitliği halinde 5 dakikalık uzatma devresi oynanır bir takım galip gelene kadar uzatma devreleri devam eder (TBF, 2017).

2.1.2.2.Oyun Sahası Ölçü Bilgileri

2.1.2.2.1. Sahanın Tamamının Ölçümü

Oyun sahası 28 metre uzunluğunda 15 metre genişliğinde olmalıdır (Urartu, 1990b). Ayrıca Basketbolda bir oyuncu topa temas halindeyken sahayı oluşturan kenar ve dip çizgilere temas ederse ya da bu çizgilerin dışından sahaya girip ayağı saha zeminine değmeden topa dokunur ise top oyun alanının dışında kabul edilir (Urartu, 1990).

2.1.2.2.2. Pota ve Çember Ölçümü

Her takımın kendi sahasında kısa kenar çizgilerinin ortasında bir pota bulunur pota kenar çizgilerinden 1,2 metre geridedir potanın üzerinde 3,05 yüksekliğinde, 45 cm çapında demir bir çember bulunur (Urartu, 1990).

2.1.2.2.3. Yay Çizgisi Ölçümü

Rakibin sepetinin tam merkezinin altındaki zemin üzerindeki noktadan yayın dış kenarına 6.75 m yarıçaplı bir yay vardır.

2.1.2.2.4. Yay Çizgisi ve Kenar Çizgi Arasındaki Mesafe Ölçümü

Çembere atılan Yay çizgisinin dışında kalan oyun sahası dip çizgilerden kenar çizgisine uzaklığı 1,25m uzunluğundadır (TBF, 2017).

2.1.2.3.Çizgi Kurallarına Göre Sayı Değerlendirmeleri

2.1.2.3.1. Bir Sayı

Rakip takım tarafından yapılan bir faul eğer atış gerektiren bir faul ise faulün yapıldığı yer ve sebebine göre bir, iki, üç tane serbest atış çizgisinden çembere önünde bir rakip oyuncu olmadan atışlar gerçekleştirilir (TBF, 2017). Bu serbest atışların her bir tanesi isabetli olması durumunda bir sayı olarak değerlendirilir (Demirci, 1995).

2.1.2.3.2. İki Sayı

Rakip takımın Yay çizgisinin içinde oyun alanına dahil olan bölgelerden atışlar 2 sayı olarak değerlendirilir. Ayrıca bir oyuncu çembere atış yaparken top elinden çıktığı anda üçlük çizgisine(yay çizgisine) bir temasta bulunuyorsa ve atışın başarılı olması halinde yay çizgisinin içinde kabul edilir ve atış 2 sayı olarak değerlendirilir (TBF,2017).

2.1.2.3.3. Üç Sayı

Yay çizgisinin (üç sayı çizgisi) dışındaki atışlar vücudun herhangi bir yeri çizgiye temas etmiyorsa ve atış isabetli ise 3 sayı olarak değerlendirilir (Demirci, 1995).

2.1.2.3.4. Geçersiz ve Geçerli Sayılan Atışlar

Topun çemberin altından girmesi kural ihlalidir sayı olarak değerlendirilmez. Top atıştan sonra çembere doğru iniş pozisyonuna geçtiği anda rakip oyuncu tarafından topa bir müdahalede bulunulursa atış sayı olarak kabul edilir (Urartu, 1990).

2.1.2.4.Oyun Süreleri Hakkında Bilgiler

2.1.2.4.1. Yirmi Dört Saniye Kuralı

Hücum edecek takım topun kontrolünü sağladıktan sonra takımının hücum süresi 24 saniyedir. Hücum eden takım 24 Saniye içerisinde topu çemberden geçirmek ya da çembere isabet ettirmek zorundadır (TBF, 2017).

2.1.2.4.2. Sekiz Saniye Kuralı

Oyunda genel olarak kendi yarı sahandan çıkması süresi 8 saniyedir kendi yarı sahasından çıkan takım topla kendi yarı sahasına geri dönemez (TBF, 2017).

2.1.2.4.3. Beş Saniye Kuralı

Hakem tarafından müsabakayı başlatmak amacıyla yapılan hava atışı dışında Topun bir takım tarafından saha içine dahil edilmesi gereken durumlarda kenar ve dip çizgilerden topu oyuna sokmak için verilen süre 5 saniyedir (Demirci, 1995)

2.1.2.4.4. Üç Saniye Kuralı

Bir oyuncunun canlı bir topu rakibin kısıtlamalı alanında ardı ardına 3 saniyeden fazla tutması kural ihlalidir (Demirci, 1995).

2.1.2.4.5. Süre Bitiminde İsbetli Sayılan Atışlar

Müsabakanın, periyodun yada hücum süresinin son saniyesi çaldığı anda top el ile temastan çıkmış ise ve başka bir oyuncu dokunmadan çembere gidiyorsa atış geçerli sayılmaktadır (TBF, 2017).

2.1.2.5.Kural İhlalleri ve Cezalar Genel Prensipler

2.1.2.5.1. Antrenör Yedek Kulübesi ve Takım Mensuplarının Teknik Faul Cezaları

Teknik heyetin hakemlerin izni olmadan herhangi bir neden ile sahaya girmesi kendi sınır çizgisinden çıkması yasaktır rakip takım tarafından serbest atışlar ile cezalandırılır. Teknik heyet müsabakanın herhangi bir evresinde baş hakem ve yardımcı hakemlere (masa hakemleri dahil) kaba, sert sözlerde bulunamaz kasti yada gayrı kasti olup olmadığına hakemler tarafından karar verilerek cezanın boyutuna hakemler karar verebilir teknik heyetten kötü sözleri söyleyen kişi gönderilir ya da rakip takım tarafından serbest atışlar ile cezalandırılır (TBF, 2017).

2.1.2.5.2. Saha İçerisindeki Oyuncuların Teknik Cezaları

Rakibini, hakemleri ve rakip teknik heyeti her türlü rahatsız eden söylem ve davranışlar sonucu verilen cezalardır hakemin kararına göre rakip takım tarafından serbest atışlar ile cezalandırılır ya da diskalifiye edilir (Demirci, 1995).

2.1.2.5.3. Şahsi Temas

Rakibine göre dezavantajlı durumlarda hareketin yapılma düşüncesi topa bile olsa temas faulü çalınabilir ve kurallara göre ya kenardan rakip takım müsabakaya başlar ya da serbest atışlar kullanılır (Demirci, 1995).

2.1.2.5.4. Kasti Hata

Kasti hata hakemin kanaatine göre bir oyuncu tarafından işlenen şahsi hatadır yani top oyundayken ya da ölüyken bir oyuncunun rakibine bilinçli bir şekilde yaptığı temastır. Cezası rakibin serbest atış ve ya atışlar kullanması olacaktır (TBF, 2017).

2.1.2.5.5. Çifte Hata

İki rakip oyuncunun aynı anda birbirlerine yaptıkları hatalardır. Serbest atış cezası verilmez ve hücum süresi kimde ise top ondan devam edecektir ancak her iki oyuncuya da birer faul yazılacaktır (TBF, 2017).

2.1.2.5.6. Oyuncuların Beşinci Hatası

Şahsi ve ya teknik beşinci hatasını işleyen oyuncu otomatik olarak oyunu terk etmelidir (TBF, 2017).

2.1.2.5.7. Takımın Yedinci Hatası

Oyunun bir devresinde bir takım şahsi veya teknik yedinci oyuncu hatasını yaptıktan sonra(7.faulunu) birebire kuralı devreye girecektir (TBF, 2017).

2.1.2.5.8. Bire Bir Kuralı

Bir oyuncu takımını bir devrede yedinci oyuncu hatasını doldurduktan sonra bir şahsi hata yaparsa faul yapılan bir serbest atış atma hakkı verilir eğer atılan atış isabetli olursa bir serbest atış hakkı daha verilir ancak atış girmez ise ikinci atış hakkı verilmez (TBF, 2017).

2.1.2.5.9. Diskalifiye Edici Hata

Herhangi bir oyuncunun sportmenliğe aykırı davranışı devamlı olarak yapması diskalifiye hatadır bu oyuncu derhal diskalifiye edilerek sahadan çıkarılmalı ve oyuncunun hatası kendine yazılmalıdır (TBF, 2017).

2.1.2.6. Malzemeler

2.1.2.6.1. Oyuncu Malzemeleri

Oyuncuların malzemeleri forma şort çorap ve spor ayakkabısı olmalıdır formaların renkleri rakip takım ile farklı renklerde olmalıdır (TBF, 2017).

2.1.2.6.2. Topun Özelliği

Topun dış yüzeyi meşin, sentetik madde veya lastik bir kılıf ile kaplı lastik bir balondan imal edilmelidir. Çevresi 75-78 cm olmalı, ağırlığı ise 600-650 gr ağırlığında olmalıdır. Top oyun sahasının zeminine bırakıldığında yerden en az 1,20 en çok 1,40 metreye zıplayacak şekilde bir basınçlı hava ile şişirilmelidir (Urartu, 1990).

2.1.2.6.3. Zemin ve Yükseklik

Basketbol zemini sporcuların sağlığına zarar vermeyecek şekilde uygun bir parke ile kaplı olmalıdır. Salonun yüksekliği en az 7 m olmalıdır (Urartu, 1990).

2.1.2.6.4. Tabelada Gerekenler

Müsabaka alanında bir hücum saati birde skorboardda periyotları da gösteren bir maç saati olmalıdır. Ayrıca bu skorboard da (tabelada) oyuncuların faul sayısını, takımların faul haklarını göstermesi gerekmektedir (Urartu, 1990).

2.1.3. Geleneksel Sporda Voleybol

Günümüzdeki voleybol sporu Amerika Birleşik Devletlerinde Massachusetts eyaletindeki Holyoke kentine göre yapan William C. Morgan tarafından bulunmuştur. Morgan ilk olarak o zamanlar ismi minoette olan bu oyunu tenis filesini gerdirerek basketbol topunun içiyle oynatmıştır (Eralp ve Çotuk, 2005).

Voleybol ilk defa 1896'da Y.M.C.A. (Genç Hıristiyanlar Derneği) üyeleri tarafından gösteri maçında oynanmıştır. Bu maçıtan sonra ismi uçan top anlamına gelen voleybol olarak Dr. Alfred Halstead tarafından değiştirilmiştir. Oyun daha sonra yeni İngiltere bölgesine geçerek 1916 ilk oyun kuralları kitabı basılmıştır (Eralp ve Çotuk, 2005). 1928 de ilk voleybol federasyonu Amerika'da kurulmuştur (Tiryaki, 1999).

Birinci dünya savaşı sırasında Amerikan askerleri bu oyunu Avrupa'ya ve oradan dünyaya tanıttılar ilk turnuva 1913de asya kıtasında düzenlendi ve Japonya,

Filipinler, Çin bu turnuvaya katıldı. 1947 yılında uluslararası voleybol federasyonu kuruldu şimdi adı ise F.İ.B.A.'dır. 1960 yılında ilk Avrupa voleybol şampiyonası düzenlendi erkekler için olan bu turnuvadan bir yıl sonra 1961 de kadınlar için de bir turnuva düzenlendi (Tiryaki, 1999). Voleybol ülkemize ise 1. Dünya savaşı sonrasında Amerikalılar tarafından getirildi. İstanbul'da Y.M.C.A. müdürlüğü yapan Dr. Deaver, İstanbul'daki voleybol çalışmalarını yürüttü ve kısa zamanda İstanbul'da yayılmasını sağladı. Ancak gelişmesindeki en büyük pay sahipleri silahlı kuvvetler ve o dönemde beden eğitimi öğretmenliği yapan Selim Sırrı Tarcan'ın çabalarıdır. Voleybol federasyonumuz 1958 yılında kurulmuş ancak ilk milli voleybol müsabakamız Yugoslavya ile oynanmıştır (Urartu, 1984b).

Voleybol, file ile ikiye bölünmüş bir oyun alanı üzerinde iki takım tarafından oynanan bir spordur. Oyunun çok yönlülüğü herkese sunulabilmesi amaçlanarak farklı durumlar için özel uyarlamalar bulunmaktadır (TVF, 2017).

Voleybolun amacı topu file üzerinden geçirerek rakibin oyun alanı sahasında yere temasını sağlamak ve rakibin senin alanında yere temas etmesini engellemektir. Takımların topa top rakip alana gitmeden blok teması hariç 3 kere temas etme hakkı vardır (Demirci, 1995).

Müsabaka servis atışıyla topu rakip alana file üstünden göndererek başlar (Demirci, 1995). Top her iki takımdan birinin alanına yere temas etmesi, alan dışı bir yere temas etmesi ve bir takımın hata yapmasına kadar devam eder (TVF, 2017).

Voleybolda bir ralli kazanan takım bir sayı alır ve buna ralli sayı sistemi denir. Servisi karşılayan takım sayı aldığı anda servis kullanma hakkı kazanır. Ve oyuncularını saat yönünde bir pozisyon kayma yapar (TVF, 2017).

Oyun ortaya çıkmamış güçlerle bağlantı kurar. Mücadele, yetenek ve estetiğin sergilenmesini sağlar (TVF, 2017).

2.1.3.1. Oyun Sahası

Oyun sahası oyun alanı ve oyunun dışındaki serbest bölgeyi kapsamaktadır. Saha dikdörtgen ve simetriktir. Sahanın yüzeyi düz, yatay ve esnek olmalıdır. Ayrıca ahşap ve sentetik bir yüzeyin kullanılmasına izin verilir. Bu yüzey FIVB tarafından

onaylı olmalıdır. Kapalı salonlarda oyun alanının zeminin açık renkte olması gerekmektedir (TVF, 2017).

2.1.3.2. Saha Ölçüleri

Oyun alanın 18x9 m ölçülerinde bir dikdörtgendir (Fröhner, 1999). Etrafı 3 m. Serbest bölge ile kaplıdır. FIVB'a göre serbest bölge yan çizgilerden ölçüldüğünde 5m, dip çizgilerden ölçüldüğünde 6,5 metre genişliğinde olmalıdır. Serbest oyun boşluğu ise serbest oyun yüzeyinden ölçüldüğünde ise en az 12,5 m yüksekliğinde olmalıdır. (TVF, 2017).

2.1.3.3. Oyun Alanı Üzerindeki Çizgiler

Oyun kurallarını belirleyen bütün çizgiler 5 cm genişliğindedir, rengi saha zeminin renginden farklı olmalıdır. Sınır çizgileri dip ve yan çizgilerdir, oyun alanını belirlemektedir. Orta çizgi oyun alanını tam ortasından böler orta çizgi her iki alanında bölgesi olarak kabul edilerek filenin tam altındadır. Hücüm çizgisi ise oyunun her alanındaki arka kenarı orta çizginin tam ortasından 3m geriye çizilmiş bir hücum çizgisi ön bölgeyi belirler. Hücum çizgisi yan çizgilerden itibaren 15 cm boyunda ve 5 cm genişliğinde 5 kısa çizginin 20 cm aralıklarla çizilmesiyle her bir taraftan toplam 1,75m kesik çizgiyle uzatılır (TVF, 2017).

2.1.3.4. Bölgeler

Ön bölge orta çizginin tam ortası ve hücum çizgisinin arka kenarıyla sınırlıdır. Servis bölgesi ise dip çizgilerin arkasında 9 m aralığındadır. (TVF, 2017).

2.1.3.5. Filenin Yüksekliği

File düşey olarak erkeklerde ve kadınlarda farklı olmak üzere erkeklerde 2,43 m kadınlarda ise 2,24 m'dir (Fröhner, 1999). File 1 metre genişliğinde 9,50 metre uzunluğundadır (Demirci, 1995).

2.1.3.6. Standartlar

Top içinde lastik veya benzeri bir madde olan deri ya da sentetik deriden yapılmış küresel bir şekilde olmalıdır. Topun çevresi 65-67 cm ve ağırlığı 260-280 gr olmalıdır. Bir müsabakada oynan topların ağırlığı çevresi ve renkleri aynı olmalıdır. Topların FIBV onaylı olması gerekmektedir (Urartu, 1984b).

2.1.3.7. Takımın Oluşumu

Bir müsabaka için bir takım en fazla 12 kişi ile mücadele edebilir.(Eralp ve çotuk, 2005) bunların 6 sı as 6 sı yedek olmalıdır (Demirci,1995). Antrenör kadrosu için ise tıbbi kadro hariç 1 koç ve en fazla 2 yardımcı koç müsabakada görev alabilir (TVF, 2017).

2.1.3.8. Takımın Yerleşimi

Müsabaka anında veya müsabaka başlamadan kısa bir süre önce sahada olmayan oyuncular yedek kulübesinde sıralı bir şekilde oturmalı ya da kendi ısınma bölgelerinde ısınmalıdır. Oyuncular set aralarında kendi serbest bölgelerinde ısınabilirler (TVF, 2017).

2.1.3.9. Malzemeler

Müsabakaya katılacak oyuncuların ekipmanlar forma şort çorap (tek tip, liberolar hariç) ve spor ayakkabısından oluşmalıdır. Maç ekipmanları temiz olmalıdır. Ayakkabılar esnek özellikli topuklu olmayan lastik ya da lastik ile karışımli malzemelerden seçilmelidir. Forma numaraları ise 1'den 20'ye kadar numaralandırılmış olmalıdır (TVF, 2017).

2.1.3.10. Bir Seti Kazanmak

Bir set 25. Sayıya iki fark ile ulaşan ilk takım tarafından kazanılmaktadır (beşinci set haricinde). Sayılarda 24-24 eşitlik olması halinde set iki farklı skoru yakalayan ilk takım tarafından kazanılır (TVF, 2017).

2.1.3.11. Maçı Kazanmak

3 set alan ilk takım maçı kazanır setlerde 2-2lik eşitlik olması halinde iki sayılık fark ile 15.sayıya ulaşan ilk takım 5. Seti ve maçı kazanmış sayılmaktadır (TVF, 2017).

2.1.3.12. Oyun Alanlarının Değişimi

Takımlar netice seti hariç her setten sonra yer değiştirirler netice setinde ise önde olan takım 8 sayıya ulaştığında ise takımlar zaman geçirmeden yer değiştirirler ve oyuncuların pozisyonları aynı kalır (TVF, 2017).

2.1.3.13. Hakemler

Müsabakalarda 6 ya da 8 arasında hakem olmalıdır (Eralp ve Çotuk, 2005). 1 başhakem, 1 yardımcı hakem, 1 yazı hakemi, 4 (2) çizgi hakemi (Urartu, 1984b).

2.1.3.13.1. Baş ve Yardımcı Hakem

Maç esnasında sadece başhakem ve yardımcı hakem düdük çalabilir başhakem filenin ucuna yerleştirilmiş hakem sandalyesinde oturarak görüş alanı filenin üst seviyesinden 50 cm daha yukarıda olacak şekilde pozisyon alır yardımcı hakem ise baş hakemin tam karşısında ayakta durur vaziyette karşılaşmayı yönetir (Urartu, 1984b).

2.1.3.13.2. Yazı Hakemi

Yazı hakemi oyunun akışının sağlanması için oyun müsabakada olan her şeyi kayıt altına kurallı bir şekilde alır. Başhakemin karşısında bulunan masada oturarak görevini yapar. Takımların molalarını, servis atma sıralarını, oyuncu değişikliklerini sürekli başhakemle paylaşır (Urartu, 1984b).

2.1.3.13.3. Çizgi Hakemleri

Dört çizgi hakemi bulunmalıdır ve çizgi hakemleri sorumlu oldukları çizgilere doğru ayakta dururlar görevleri oyun alanının her köşesinden 1 ile 3 m arasındaki uzaklıkta dururlar. Çizgileri kontrol ederek servis atmada ve topun içerde olup olmamasında rol oynarlar (Urartu, 1984b).

2.1.3.14. Molalar ve Mola Süreleri

Takımların her birinin ilk 4 sette süreleri 1'er dakika olan iki tane teknik mola hakları (8. ve 16. Sayılarda) ayrıca süreleri 30'ar saniye olan 2 taktik mola hakları vardır (Eralp ve Çotuk, 2005).

2.1.3.15. Hatalar ve Cezalar

Oyun esnasında taraflar kurallara aykırı hareketler veya yanlış davranışlar nedeniyle hata yapabilirler başhakem hataları değerlendirir ve buna uygun cezayı verir. müsabaka içinde yanlış davranışın derecesine göre cezalar verilir ve derecelendirmeyi baş hakem yapar (Urartu, 1984b).

2.1.3.15.1. Oyun Hataları

Topun file üstünden kurallara uygun bir biçimde rakip alana gönderilmemesi, kurallara aykırı bir hareketin yapılması, sportmenliğe aykırı davranışlar,sözlü veya fiili tecavüz,kaba davranışlar (Urartu, 1984b).

2.1.3.15.2. Cezalar

2.1.3.15.3. Uyarı

Sportmenliğe aykırı davranışlar için başhakem tarafından gelen uyarı bir daha bu davranışı tekrarlamasını önlemek amacıyla yapılır (Urartu, 1984b).

2.1.3.15.3.1. İhtar

Kaba davranışlar için ihtar bu tip davranışta bulunan takım ya servis kaybeder ya da rakibi bir sayı kazanır (Urartu, 1984b).

2.1.3.15.3.2. Oyundan Çıkarma ve İhraç

Tecavüzkar davranışlar oyundan çıkarılma ile sonuçlanır müsabakanın geri kalan süresinde bir daha sahaya giremez. Fiili tecavüzler ihraç ile cezalandırılmalıdır. İhraç edilen kişi maçın sonuna kadar sahayı terk etmesi demektir (Urartu, 1984b).

2.1.4. Geleneksel Sporda Hentbol

Hentbol'un çok eski çağlarda oynandığına dair belgeler Yunanistan'da eski pire kenti yakınlarındaki kalenin kalıntıları arasında bulunmuştur. Kabartmalı resimlerde hentbolu andıran bir oyunun oynandığı top olarak da domuzların idrar torbalarının kullanıldığı öğrenilmiştir (Çeliksoy, 1996).

Hentbol önceleri eğitsel bir jimnastik oyunu olarak oynatılmaktaydı. 1917-1920 yılları arasında eğitsel bir oyun olmaktan çıkarak hentbol oyunu olarak isimlendirilmiştir. Kökeni Danimarka'da oynanan "Haandboll" denen bir oyundan gelmektedir. Ukrayna'da da 1917 yılında hentbola benzeyen bir oyun oynanmış olduğu bilinmektedir (Sevim, 1992).

Hentbol oyunu çoğu Avrupa ülkelerinde görülmüştür ama bu spora en fazla katkıyı Almanya'daki yüksek beden eğitimi okulu yapmıştır (Urartu, 1984a). Bir jimnastik eğitimcisi olan Kondrad Koch açık saha hentbolunun en büyük tanıtıcısıdır (Çeliksoy, 1996).

Hentbol 1924-1925 yılları arasında uluslar arası bir önem kazanmıştır. Hentbol 1926 yılından 1928 yılına kadar uluslar arası amatöre atletizm federasyonunun bünyesinde yürütülmüş, daha sonra uluslar arası amatör hentbol federasyonu kurulduktan sonra ayrı bir federasyon olarak yürütülmeye başlanmıştır (Sevim, 1992).

İlk saha hentbolu karşılaşması 1925 de Almanya-Avusturya arasında oynanmıştır Avusturya bu müsabakayı 6-5 kazanmıştır (Çeliksoy, 1996). Daha önceden sadece açık havada oynan bir spor olan hentbol 1934 yılında Kopenhag'da yapılan bir müsabakada ilk defa salonda oynanmıştır. Hentbol İkinci dünya savaşı sırasında bir durgunluğa girmiştir. Sonraları bu durgunluktan çıkıp Avrupa'da ve Dünyada daha çok yayılmaya başlayan hentbol günümüzde 147 ülkenin üye olduğu bir uluslar arası hentbol federasyonuna (IHF) sahiptir (Sevim, 2002).

Hentbolun ülkemizdeki gelişimi ise ilk defa 1927'de saha el topu olarak oynanmasıyla başlamıştır. Ancak 1972 yılına kadar ülkemizde pek fazla yaygın olmayan hentbol Ankara gazi eğitim fakültesi beden eğitimi bölümü öğretmenleri ve öğrencileri sayesinde yurdumuzun pek çok yerinde oynanmaya başlanmıştır (Sevim, 1992). 4 Şubat 1978 yılında hentbol federasyonumuz yaşar sevimin başkanlığında kurulmuştur. Uzun süreli planlamaların, gayretlerin sonucunda ülkemizde hızla yayılmış ve en sevilen sporlardan biri haline getirilmiştir (Urartu, 1984a). İlk milli maç galibiyetimiz 1980 yılında Balkan Şampiyonasında Yunanistan'a karşı alınmıştır (Sevim, 1992).

Her kategorideki Türkiye şampiyonaları 1978 yılında başlamış deplasmanlı Türkiye hentbol ligi ise 1982 yılında başlamış, bayanlar 1.ligi ve 2.ligi ise 1987 yılında başlamıştır (Sevim, 1992).

2.1.4.1. Oyun Alanı

Müsabaka alanı 40 m x 20 m ölçülerinde olup iki kale sahası ve bir oyun alanı içeren dikdörtgen şeklindedir. Uzunlamasına ölen çizgilere kenar çizgisi, kalenin olduğu çizgilere, dip çizgilere kale çizgisi kalenin iki yanında bulunan çizgilere dış kale çizgisi denilmektedir (Urartu, 1984a).

Oyun alanının etrafında emniyet alanı olarak en az 2 m ve kale çizgilerinden itibaren en az bir metrelik boşluk olmalıdır. Kaleler kale çizgisinin tam ortasına

yerleştirilmeli ve 3m yüksekliğinde 2 m genişliğinde olmalıdır. Kale direkleri bir üst direk ile birbirine bağlı olmalıdır. Kale direklerinin sahada görünen kısımları birbiriyle iki ayrı zıt renk ile şeritler halinde desenli olmalıdır. Kalelerin gol olan topun kalması amacıyla file ile donanması gerekmektedir. Kalenin önünde kale sahası olmalıdır ve kale sahası kale çizgisine paralel şekilde kale sahasının dış çizgi uzaklığı 6m olan 3 m uzunluğundaki düz bir çizgi ile belirlenir. Kale sahasına sadece kaleciler girebilir (Urartu, 1984a).

Bu çizginin iki ucunun kale direklerinin iç arka kenar dip köşesinden ölçülerek çizilen 6m yarıçapındaki iki çeyrek dairenin birleşmesiyle oluşturulmalıdır (THF, 2010).

Serbest atış çizgisi (9m çizgisi) kale sahası çizgisinin 3 m dışından çizilen kesik bir çizgidir (THF, 2010).

7m çizgisi ise kalenin tam karşısında kaleden 7m uzaklıkta 1 metrelik bir çizgidir kaleci sınır çizgisi kale sınır çizgisi ile çizilecek çizginin dış kenarı arasındaki uzaklık 4m olan kale çizgisine paralel ve kalenin tam karşısındadır. Orta çizgi ise uzun çizgilerin tam ortasından kalelere paralel olarak çekilen çizgidir (Urartu, 1984a).

2.1.4.2. Oyun Süresi

16 yaş ve üstü için oynanan oyunun süresi 60 dakikadır ve 30'ar dakikalık 2 devreden oluşmaktadır devre süresi 10 dakikadır (demirci, 1995). IHF, kıta ve ulusal federasyonlar kendi sorumlulukları içerisinde devre arası süresinde değişiklik yapabilirler ancak devre arası süresi en fazla 15 dakika olmalıdır (THF, 2010). Kazanan takımın belirlenmesi gerek müsabakalarda ise oyun süresi 10 dakika daha uzatılır ve 5 dakikalık iki devreden oynanır 5 dakikalık devrelerin dinlenme süresi 1 dakika 10 dakikalık uzatmaya gitmeden önce verilen dinlenme molası ise 5 dakikadır (Urartu,1984a). Müsabaka hala berabere ise 2. Bir 10 dakikalık uzatma bölümü oynanır müsabaka hala berabere ise kazanan takım müsabaka kurallarına göre belirlenir. Bir başka kural da 7mtlik atışlar ile müsabaka kazanın belirlenmesi de olabilir. Oyun süresi hakemin düdüğü ile başlar ve devre arası, müsabakanın bitişi skorboarddan gelen bir ses veya hakemin düdüğüyle belirlenir. Serbest atış veya 7 m

atışında top havadayken bitiş sinyali gelir ise atış tekrarlanır atışın sonucundan sonra hakem düdüğü ile müsabaka veya devre sonuçlanır (THF, 2010).

2.1.4.3. Mola

Molaların ne zaman ve ne kadar süre ile verileceğine hakemler karar verir. Mola dolayısıyla saatin ne zaman duracağı ve başlatılacağına hakemler karar verirler müsabakanın durdurulması veya başlatılması için hakemler saat hakemine işaret verirler. Takımlar müsabaka anının her devresinde birer dakikalık bir mola alma hakkına sahiptirler. Uzatma dakikalarında takımların mola hakkı yoktur. IHF ve kıta ve ulusal federasyonlar kendi sorumlulukları içerisinde değişiklik yapabilirler (THF, 2010).

2.1.4.4. Top

Top 16 yaşından büyük erkekler için 58-60 cm bir çevreye ve 325-400 gram ağırlıkta deri veya sentetik maddeden yapılan küre şeklinde olmalıdır. Dış yüzeyi parlak ve kaygan olmamalıdır (Urartu, 1984a). Günümüzde ise topun ağırlığı 425-475 gram arasında olmaktadır (THF, 2010).

2.1.4.5. Takım, Oyuncu Değişimi Ve Malzeme

Bir takım en fazla 12 sporcudan oluşmalıdır (bu kural 14 ve 16 ya çıkarılmıştır.) (Sevim, 1992). Oyun alanında en fazla 7 oyuncu bulundurabilirler müsabakaya oyun alanında en az 5 oyuncu ile başlanabilir müsabaka sırasında oyuncu sayısı 5 in altına inebilir (Urartu, 1984a). IHF ve kıta ve ulusal federasyonlar kendi sorumlulukları içerisinde değişiklik yapabilirler. Ancak kadro sayısı 16'yı geçemez. Müsabaka sırasında yedek kulübesinde en fazla 4 idareci bulunabilmektedir (THF, 2010).

Yedek oyuncular masa hakemlerine haber vermelerine gerek kalmadan sahaya girebilirler ancak oyuncu değişimleri oyuncu değişme çizgisinde olmalıdır (Demirci,1995).

Bir takımın formaları aynı renkte ve tipte olmalıdır forma renkleri rakip takımın forma renklerinden ayırt edilecek şekilde olmalıdır kaleciler oyuncular ile aynı renk forma giyebilirler (Urartu, 1984a). Forma numaraları 1'den 99'a kadar olabilir kalecilikten sahaya geçen oyuncular aynı forma numarası ile görev

yapmalıdır. Oyuncuların diğer oyunculara ve kendilerine tehlike yaratacak malzemeler kullanmaları yasaktır. Oyuncular spor ayakkabı giymelidir (THF, 2010).

2.1.4.6. Gol

Bir atışın gol olabilmesi için kural ihlalleri dışında topun kale çizgisine geçmesi gerekmektedir (Urartu, 1984a). Hakem iki kısa düdük ile onaylar verilen gol hakemin oyunun başlamasına yönelik verdiği işarettten sonra iptal edilemez (THF, 2010). Gol olması için topun tamamının kale çizgisini geçmesi gerekmektedir. Müsabaka süresi içerisinde en fazla gol atan takım kazanır. Gol olduktan sonra mücadeleye gol yiyen takım tarafından başlanır (Sevim, 2002).

2.1.4.7. Serbest Atışlar

Serbest atışlar hakemin işareti olmadan kural ihlalinin yapıldığı yerden başlar. Ancak bazı kural ihlallerindeki serbest atışlar hakemin düdüğü ile kural ihlalinin yapıldığı yerden kullanılır. Serbest atışı kullanacak takımın oyuncuları serbest atış kullanılmadan rakip takımın çizgisine basamaz, bu çizgiyi geçemezler (THF, 2010). Serbest atışı kullanacak takımın oyuncuları topun önünde bulunmalıdırlar (Demirci, 1995).

2.1.4.8. 7 Metre Atışı

Saha içinde veya saha dışında açık bir gol fırsatı anında bir kural ihlali varsa 7 metre atışı kararı verilir (Demirci, 1995). Rakibin bir müdahalesi sonucu kontrolünü tekrar kazanıp gol fırsatını değerlendiremeyen oyuncular için 7 metre atışı kararı uygulanmaz. 7 metre atışı hakemin düdüğünden sonra 3 saniye içinde 7 metre çizgisi ardından kale yönünde kullanılır. 7 metre atışını kullanacak oyuncu atış için 7 metre çizgisinde doğru bir yerde ise ve top elinde ise kaleci değiştirilemez (THF, 2010).

2.1.4.9. Atışların Uygulanışı İle İlgili Genel Açıklamalar

Atışı kullanacak oyuncu atış kararına göre atışın kullanılacağı top elinde hazır beklemelidir. Kaleci atışı hariç atışı kullanacak oyuncu atışı yaparken top elinden çıkana kadar bir ayağını sabit ve zeminle temas halinde tutmalıdır. Atışı kullanacak oyuncu top başka bir oyuncuya veya kale direklerine değmeden topla bir daha temas kuramaz kaleci atışını yapan kaleci kendi kalesi hariç gol atabilir. Atışı kullanacak

oyuncunun takım arkadaşları atış kullanılabildiği kadar belirlenen bölgelerinden ayrılamaz atışın kullanıldığı esnada topa temas edemez. Savunma oyuncuları da atış kullanana kadar belirlenen bölgelerden ayrılamaz (Urartu, 1984a).

2.1.4.10. Hakemler

Oyun iki hakemle yönetilir. Kenarda yardımcı olarak bir yazı ve bir saat hakemi bulunabilir. Hakemler oyun kuralların düzenli bir şekilde uygulanmasından sorumludur (Sevim,1992).

2.1.4.11. Cezalar

Hentbolda cezalar ihtar cezası, sarı kart, zaman cezası (2dk), diskalifiye ve ihraç cezası olarak ayrılmıştır. Oyuncuların kural dışına çıkma boyutlarına göre bu cezalar derecelendirilmektedir (Urartu, 1984a).

2.1.4.12. Oyun Sırasında Top ile Hareketler

Top elle oynanır. Topa vücudun alt kısmı ve ayaklar dışındaki vücut bölgeleri ile temas etmek serbesttir. Yalnızca kaleci ayakları ile topa temas edebilir. Top hem sporcunun olduğu yerde hem de saha içinde sürülebilir eğer sürüşten sonra top tutulursa en fazla üç adım atma hakkı vardır. Ayrıca top elde en fazla üç saniye durabilir (Sevim, 2002).

2.2. E-spor

E-spor (elektronik spor) teknoloji ve bilimin kullanılmasıyla dijital ortamda insanların zihinsel ya da fiziksel olarak yeteneklerini geliştirdiği spor aktiviteleri alanlarıdır (Wagner, 2006). E-spor içeriğinde oyuncular, organizatörler ve sponsorların, izleyicilerin olduğu dijital ortamda rekabetçi faktörler barındıran her oyuna özgü belirli kuralların olduğu çeşitli organizasyonların düzenlendiği bir spor dalı olarak görülebilir (Yükçü ve Kaplanoğlu, 2018). Bir başka tanımda ise e-spor organize olmuş şekilde birbirlerine karşı yarışan bireyler veya takımların lig veya turnuvayı kazanmak için mücadele ettiği rekabetçi oyunlardır (Newzoo, 2019).

E-sporun tarihçesine indiğimizde ise e-spor atari dönemi ve internet dönemi olarak ikiye ayrılabilir 1980 ile 1990 arası atari dönemidir (Lee ve Schoenstedt, 2011). Bu dönemde popüler e-spor oyunları Nba Jam ve Virtual Gaming gibi oyunlar olurken diğer e-spor oyunlarının popülerliği internetin evrimleşmesiyle arttırmıştır

(Electronic Sports, 2009). E-sporun tarihsel olarak ortaya çıkışı 1980'lerdeki atari oyunları olarak gözüke de gerçek popülerliğini 1999 yılında OGA'nın (Online Gamers Association) faaliyete geçmesiyle yapıldığını söyleyebiliriz (Yükçü ve Kaplanoğlu, 2018). Gelişen teknoloji internet ve oyun ekipmanları ile birlikte tek oyunlardan daha çeşitli oyunlara geçilmeye başlanmıştır (Deen ve ark, 2006). E-sporlarında kendi içinde oyun içi oynanma şekilleriyle alakalı türleri vardır bunlardan en çok oynan türler First Person Shoter (FPS) oyunlar (örneğin, Counter-Strike: Global Offensive, PlayerUnknown's Battlegrounds) ve Multiplayer Online Battle Arena (MOBA) oyunlarıdır (örneğin, Defense of the Ancients, League of Legends). Diğer e-spor türlerinde Hearthstone gibi kart oyunları, geleneksel sporun smilasyonu olan FIFA serileri, NHL gibi oyun türleri de vardır. Ancak FIFA serileri, NHL tarzı geleneksel sporun dijital boyuta taşınan oyunları futbol, atletizm gibi geleneksel spor olarak algılanmaz (Hamari ve Sjöblöm, 2017).

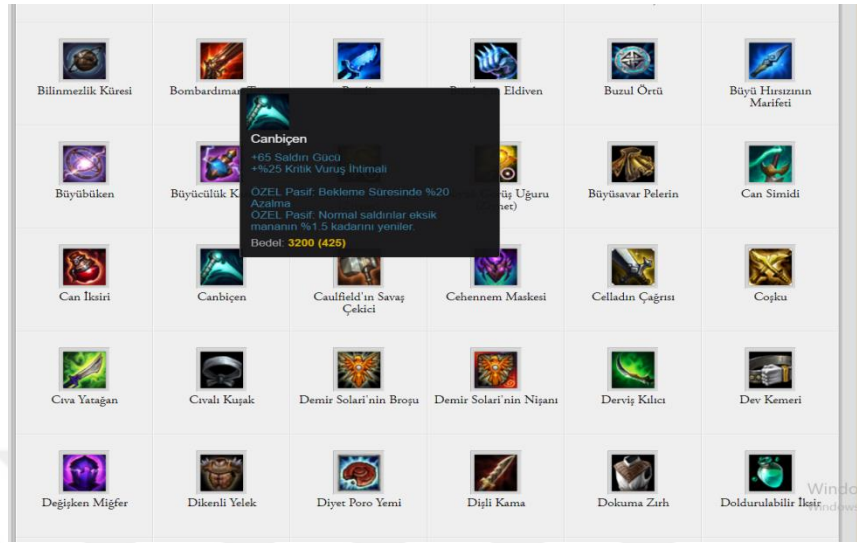
2.2.1. E-sporunda League of Legends

League of Legends (Efsaneler Ligi) Riot Games şirketi tarafından piyasaya 2009 yılında sürülerin bir MOBA tarzı oyundur. Şirket Brandon Beck ve Mark Merrill tarafından 2006 yılında kuruldu. Piyasaya sürdükleri ilk oyun olan LOL (League of Legends) en çok oynanan PC oyunu ve e-sporun büyümesinde etkin rol alan bir oyun olmuştur (Riotgames, 2019a ve Riotgames, 2019b). LOL (League of Legends) rekabete dayalı strateji oyunları ile role yapma oyunlarının özellikleri ile bir araya getiren çevrim içi temalı bir oyundur (LOL, 2019d).

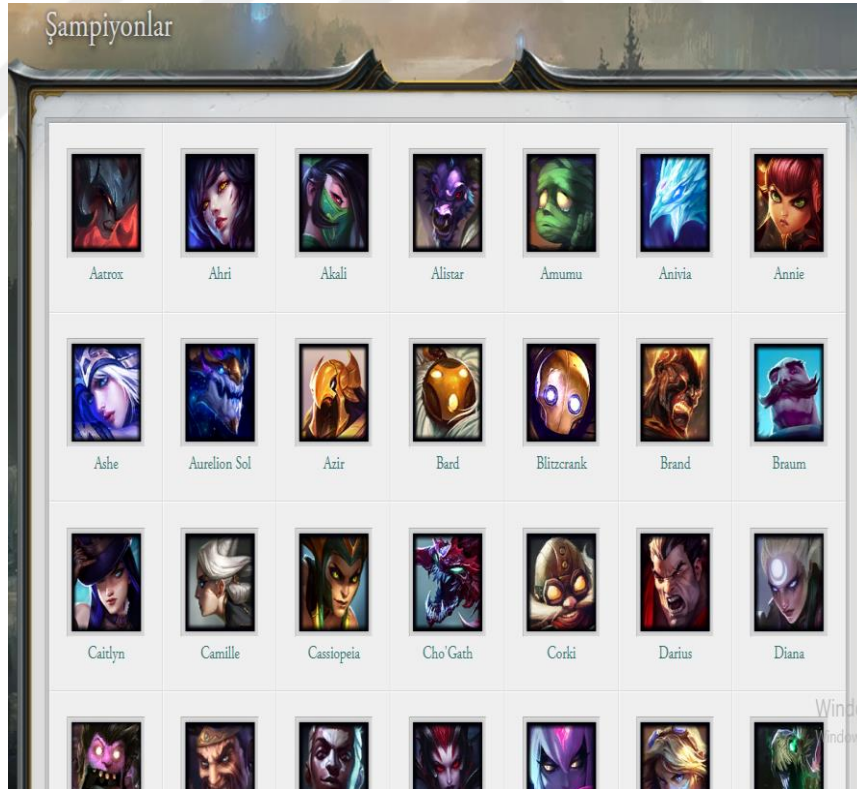
2.2.1.1. Oynanış

Çok oyunculu çevrimiçi video oyunudur 2 takımla oynanan ve rakiplerin merkez üssünü yok etmek amaçlı bir oyundur. Her takımda 5 oyuncu vardır. Ana haritası olan Summoner Rift (Sihirdar vadisi) adlı bir haritada oynanır (Karakus, 2015). Oyuncuların genelde mevcut pozisyonları alt koridor (2 kişi), orta koridor (1 kişi), ormancı (1 kişi), üst koridor (1 kişi) olmak üzere Sihirdar Vadisine yayılırlar. Oyunda tam olarak şu an için 143 dijital karakter içinden oluşmaktadır ve her karakterin kendine özel yetenek seti vardır. (LOL, 2019 g) bu karakter havuzundan kendine uygun olanı seçen oyuncular çeşitli stratejilerle rakibin merkez üssünü yok

etmek için diğer 5 kişilik takım ile müsabakaya girerler oyunlar genellikle 40 dakika civarında sürmektedir (Karakus, 2015).



Şekil 2: LOL Eşyalar (LOL, 2019f)



Şekil 3: LOL Oyun İçi Seçilen Karakterler (LOL, 2019g)

2.2.1.1.1. Oyun Modları (Haritaları)

2.2.1.1.1.1. Sihirdar Vadisi

Rekabet amaçlı oyunlarda ilk tercihtir. Aksiyon genellikle haritanın koridorlarında koridor safhası olarak başlar zaman geçtikçe ve oyuncular güçlendikçe bu koridor safhasındaki ufak çatışmalar yerini büyük takım savaşlarına bırakır. Amaç rakibin merkez üssünü yok etmektir. Oyunun en büyük haritası olan Sihirdar vadisi rakibin merkez üssüne giden üç koridordan oluşur ve iki yarısı birbirinin çapraz yansımasıdır. Merkez üsse giden bu koridorlarda her koridoru rakibin 3 tane kulesi ve bir tane inhibitörü korur. Merkez üssü ise yan yana duran 2 tane kule korur. Haritanın içinde koridorların dışında bir de tarafsız bölge olan orman yer almaktadır. Ormanda oyuncuların müsabaka anında gelişmesini sağlayan tarafsız yaratıklar bulunmaktadır.(LOL, 2019a)



Şekil 4: League of Legends Harita (Gao ve ark, 2017)

2.2.1.1.1.2. Uğursuz Koruluk

Bu harita Sihirdar Vadisinden daha küçüktür ve daha eğlence amaçlı bir haritadır. Takımlar 3'er kişilik oyunculardan oluşur ve yine 2 takım birbirinin merkez üssünü yok ederek müsabakayı kazanmaya çalışırlar. Kuleler ve koridorlar Sihirdar Vadisine göre çok daha küçük ve azdır (LOL, 2019 b).

2.2.1.1.1.3.Sonsuz Uçurum

En küçük ve oyuncuların keyif alması için yapılan bu haritada ve oyun modunda şampiyonları kendiniz seçemezsiniz. Oyun modu tarafından rastgele verilen şampiyonlarla bir köprü üstüne kurulan bu haritada tek koridordan 5 takım kişilik takımınızla 5 kişilik rakip takımın merkez üssünü yok etmek amaçtır. Köprünün üstünü 2 kule bir inhibitör korurken merkez üssü 2 tane kule korumaktadır (LOL, 2019 c). Bu harita aynı zamanda dünyada her yıl yapılan league of legends All star turnuvasının 1vs1 mücadelelerinde kullanılmaktadır (LOL, 2019e).

2.2.1.1.2. E-sporda Turnuvaları

League of Legends Şampiyona serisi (LCS) çeşitli ülkelerde yapılan turnuvalar ve liglerdir her ülkenin ligdeki takımların sayısı değişmektedir. Birbirleriyle ülkelerinin şampiyonu olmak ve para ödülünü almak için mücadeleye girerler LOL dünyasında 5 büyük lig olan ligler Avrupa Ligi (LEC), Kuzey Amerika Ligi (NA LCS) Kore Ligi(LCK) Çin Ligi(LPL) ve Hong Kong Kakao ve Tayvan'ın bulunduğu lig (LMS) ligleridir. Diğer bölgelerdeki birinciler bu bölgelerin 3.sirasındakilerle birlikte bir ön eleme gruplarına girerek dünya şampiyonasına gitmek için mücadele verirler toplam 13 bölgeden oluşmaktadır. Diğer bölgelerin isimleri ise Türkiye (ŞL), Latin Amerika Güney (CLS), Brezilya (CBLOL), Güney Doğu Asya (GPL), Bağımsız Devletler Topluluğu (LCL), Japonya (LJL), Latin Amerika Kuzey (LLN), Okyanusya (OPL)dır (LOL, 2019h).

2.2.2. E-Sporda DOTA 2

Defense of the Ancients 2 (DOTA 2) oynaması ücretsiz olan bu oyunun orijinali 2003 yılında yayınlanan DOTA, Mod War Craft 3 : Reign of Chaos oyunudur. Bu oyunun DOTA modu e-spor sahnesini destekledi ve gittikçe daha popüler oldu. 2009 yılında Valve şirketi DOTA 2 oyununu diğer oyundan bağımsız bir şekilde geliştirmeye başladı DOTA 2 çevrim içi dağıtım platformu olan Steam'de en çok oynanan oyunlardan oldu (Drachen ve ark, 2014). DOTA 2 bir MOBA türü oyundur ve dijital bir arenada takımlar birbirilerini yenmek için mücadele verirler MOBA oyunları dünyada en çok oynanan oyun türleri arasındadır ve e-spor kavramına büyük destekler vermektedir (Superdata, 2014).



Şekil 5: DOTA 2 harita (Pobiedina ve ark, 2013)

2.2.2.1. Oynanış

DOTA 2 iki takım tarafından 5'e 5 oynanmaktadır. her oyuncu kendi avatar karakterini oyuna özel 117 karakter içerisinde seçer (DOTA 2, 2019c). Her karakterin farklı yetenekleri ve farklı rolleri vardır. Bazı karakterler yakın mesafeden dövüşürken bazıları uzak mesafelerden dövüşebilir. Her karakter birbirinden farklı yetenek setleriyle donatılmıştır. Seviye atladıkça bu yetenekleri güçlendirebilirsiniz. Ayrıca oyun içinde kazandığınız altınlar ile her karakterin özelliğine göre eşya alabilirsiniz. Her müsabakada aynı harita kullanılır. Harita boyunca üç ana yol vardır. Bunlardan en yukarıda olanı üst koridor, ortadaki yol orta koridor, alttaki yol ise alt koridor olarak adlandırılır. Coğrafi olarak dengeli sanal bir arenada rekabet ederek rakibinizin koruma duvarını kahramanlarınızın bireysel özellikleri ve takım halinde hareket ederek geçmeye ve üs bölgesini yok etmeye çalışırsınız (Drachen ve ark, 2014).



Şekil 6: DOTA 2 Kahramanlar (DOTA 2, 2019c)



Şekil 7: DOTA 2 eşyalar (DOTA 2, 2019d)

2.2.2.2. E-spor Turnuvaları

DOTA 2 e-spor anlamında geniş bir topluluğa hitap etmektedir. Dünya çapında büyük turnuvalar düzenlemektedir bunlardan en büyüğü ise valve tarafından her yıl gerçekleştirilen “The International (DOTA 2)”dir. Turnuva ilk olarak 2011 Köln’de düzenlenirken 2012 yılında Seattle’da düzenlenmiştir. 2019 yılında

Shanghai’de düzenlenecektir. (DOTA 2, 2019a). 2017 yılında turnuva toplam 24 milyon dolar ödül havuzuna ulaşarak kendi rekorunu kırmıştır (DOTA 2, 2019b).

2.2.3. E-sporda PUBG

Playerunknown’s Battleground (PUBG) Bluehole şirketi tarafından piyasaya sürülen kısa zamanda çok başarılı olan bir oyundur (Esq ve Smith, 2017). Oyun Çin’de 2017 yılında büyük bir patlama yaşamıştır (Wang ve Jiang, 2018). Oyun yaygın olarak PUBG diye adlandırılır ve MMOFPS(Massive Multiplayer First Person Shooter) oyun türüdür. Ayrıca hayatta kalma oyun türlerinin en büyük örneği olma özelliğini taşımaktadır. Oyun Brendan Greene tarafından yapılmıştır. Oyunun devamlılığını sağlamayı Bluehole ve PUBG Corporation şirketleri yapmaktadır (Desagita, 2018).

2.2.3.1. Oynanış

Oyun en fazla 100 çevrimiçi oyuncunun bir adaya uçak ile bırakılmasıyla başlar ve oyuncular takım halinde ya da bireysel olarak adada hayatta kalmaya çalışırlar. Hayatta kalmak için gittikçe daralan alan içinde kalmalı ve rakip oyuncular tarafından vurulmamaları gerekmektedir. Oyuncuların bırakıldığı alanda oyuncuları için çeşitli silahlar ve motorlu taşıtlar bırakılmıştır (Desagita, 2018).

PUBG oyununun müsabakaları etkileyen en büyük faktörün ise şüphesiz mavi alan ve buna bağlı temiz alan daralması olduğu söylenebilir. Temiz alanın dışında olan oyuncular yani mavi alanın içinde kalan sporcuların can değerleri gittikçe azalmaya başlayarak yavaş yavaş güç kaybetmeye başlamaktadır. Bu da oyunun alanın haritanın hangi bölgesine daralacağını kestirmek ve ona göre stratejik bir oyun planlaması yapmaya olanak sağlamaktadır. Alan daraldıkça takımlar birbirlerine daha çok yaklaşarak aksiyona hazırlanmaya başlamaktadır (PUBG, 2018).

2.2.3.1.1. Haritalar

2018 yılında PUBG’nin kendi düzenlediği büyük turnuvalardan olan Global Invitational 2018 Berlin turnuvasında kullanılan Miramar ve Erangel haritalarının büyük turnuvalarda kullanılacağını söylemek yanlış olmaz. Miramar haritası sert arazisi ve geniş çölleriyle profesyonel oyuncuları zorlayan bir Orta Amerika Bölgesi olarak tanımlanabilirken, Erangel haritası ise turnuvalardaki ilk 8’e 8 harita olarak

dikkat çekiyor. Turnuvada puan tablosu ise takımların müsabaka bitimindeki sıralaması rakibi saf dışı bırakma sayısına göre verilmektedir her saf dışı bırakış 15 puan üzerinden değerlendirilir (PUBG, 2018).



Şekil 8: PUBG Harita (PUBG, 2019a)

E-spor da Turnuvaları

PUBG oyunu diğer e-spor oyunlarına göre yeni piyasaya çıkan bir oyun olduğu için e-spor sahnesine atılımlarını son yıllarda arttırmıştır. PUBG'nin en büyük turnuvası olan PUBG Global Invitational 2018 yılında Berlin'de gerçekleşmiştir. Turnuvanın toplamda 2 milyon dolar para ödülü dağıtılmıştır. Turnuvada ülkemizi Oyun hizmetleri e-spor takımı temsil etmiştir (Global Invitational, 2018).



Şekil 9: PUBG Global Championship (PUBG, 2019b)

2.2.4. E-sporta CS:GO

Counter-Strike: Global Offensive olarak adlandırılan oyun çok oyunculu çevrim içi birinci şahıs nişancı (FPS) türü bir oyundur. Aslında Counter Strike oyunları uzun yıllardır dünyanın en popüler oyunlarından biridir ilk olarak 1999 yılında Minh Le ve Jess Cliffe tarafından hakları Valve şirketine geçmeden önce Half-Life olarak geliştirilmiştir (Makarov ve ark, 2017). Counter-Strike: Global Offensive ilk çıktığı zaman Counter-Strikes serileri ile öncülük ettiği takım bazlı rekabetçi aksiyon oyunlarını genişletmeyi hedeflemiştir.

2.2.4.1.Oynanış

Oyun 5 terörist ve 5 terörlü mücadele ekibi olarak ikiye ayrılmaktadır. Oyunda birçok harita bulunmaktadır. Oyunda amaç bir teröristin bomba patlatma mücadelesi senaryosu üzerine kurulmuştur. Terörist grubun amacı bombayı patlatmak ya da rakip takım oyuncularını saf dışı etmek iken terörlü mücadele ekibinin amacı bomba kurulmadan önce rakip grubu saf dışı etmek ya da bomba kuruldu ise bombayı imha ederek o turu kazanmaktır. Her takım 15 el terörist tarafında olmak 15 el terör imha grubunda olmak zorundadır ilk olarak 15 tur kazanan takım diğer takımı yenmiş sayılmaktadır (Olshefski, 2015).

2.2.4.1.1. Oyun Modları

2.2.4.1.1.1.Klasik Rekabetçi

CS (Counter-Strike) serilerini ünlü yapan oyun modu olan rekabetçi oyun modu 5'e 5 oynanan 30 rauntluk bir oyun modudur. CS:GO profesyonel turnuvalarında bu oyun modu daha ağırlıklı olarak oynanmakta ve oyunun en sevilen oyun modudur (CS:GO, 2019b).

2.2.4.1.1.2.Klasik Basit eğlence

Rekabetçi oyun modunda çok fazla kaygılanan ve stres olan oyuncular için aynı işleyişin daha yumuşatılmış hali olarak oynanmaktadır (CS:GO, 2019b).

2.2.4.1.1.3.Yıkım

Oldukça hızlı ilerleyen bu oyun modunda amaç bombalama alanına saldırmak ve savunmaktır rakip oyuncuları o raunt için her saf dışı bıraktığınızda ekipmanlarınızda bir gelişme olur ve en son seviye ekipmana ulaşarak oyun modundan daha çok keyif alabilirsiniz (CS:GO, 2019b).

2.2.4.1.1.4.Silah Yarışı

Silah yarışı oyun modunda raunt sistemi yoktur ve oyuncular her rakibi saf dışı ettiğinde ekipman seviyelerinde artış olur son seviye olan altın bıçak ile bir rakibi saf dışı bırakan oyuncu bu modu kazanmış olur (CS:GO, 2019b).

2.2.4.1.1.5.Wingsman

Wingsman oyun modu 2'ye 2 mücadele edilen bir oyun modudur. Profesyonel maçlarda ve rekabetçi haritalarda iki tane bomba bırakma alanı varken bu oyun modunda 1 tane vardır ve müsabaka 16 raunt üzerinden değerlendirilir. (CS:GO, 2019b)

2.2.4.1.1.6. Fly Scoutsman

Bu oyun modunda keskin nişancı tüfekleri ve bıçak kullanabilirsiniz. 9 rauntluk oyun modunda yer çekimi oranı azaltılarak oyunculara zevkli bir müsabaka yaşatmaktadır (CS:GO, 2019b).

2.2.4.2.Haritalar

Oyun temelinde 13 harita vardır bunlardan 7 tanesi de_dust2, de_inferno, de_nuke, de_mirage, de_cbble, de_cache, de_, de_overpass dir. (CS:GO, 2019c)

E-spor Turnuvaları

CS:GO turnuvaları majör ve minör olarak ayrılmaktadır. Majör turnuvalardan olan “IEM Katowice” her yıl yapılmaktadır ve büyük ilgi çekmektedir ve bir ESL (Elektronik Sporlar Ligi) organizasyonudur. Turnuvanın para ödülü ise her yıl değişirken 2019 IEM Katowice’nin 1. Takımı 500 bin dolarlık ödülün sahibi oldu ve turnuvada toplam 1 milyon dolar dağıtıldı (CS:GO, 2019a).

2.3.Zihinsel Dayanıklılık

Zihinsel dayanıklılık terimi ilk olarak amacı sportif performansı arttırmak olan spor psikolojisi uzmanı Loehr tarafından ortaya çıkmıştır (Clough ve Strycharczyk, 2012). Zihinsel dayanıklılık sporun istedikleriyle rakipten daha iyi bir şekilde başa çıkmamızı sağlayan baskı altındayken kararlı, odaklanmış, kendine güvenen ve kontrol altında kalmayı başaran daha tutarlı ve iyi durumda olmanızı sağlayan doğal ya da geliştirilmiş sınıra sahip olmaktır (Jones, 2002).

Zihinsel dayanıklılık ve sporu incelediğimizde elit düzey sporcular üzerinde yoğunlaşarak sporcularda sürdürülebilir yüksek performansa ulaşmak için stres ile başa çıkmak, hedefinin üstünde odaklanmanı sürdürebilmek, iç inancınızı güçlü tutmak, motive olmanın devamlılığını sağlama olmak üzere 4 tane olgunun üstünde durabiliriz (Jones ve Adrian, 2008). Bu olgular sporcunun zihinsel dayanıklılığının iyi olduğunu belirtmektedir.

Weinberg ve Gould (2015) bir basketbol mücadelesinde son serbest atışı kullanacak kişinin mola anında duygusal olarak arkadaşlarının ve ailesinin izlediğini aklına getirerek ve buna bağlı olarak stres altında atışı isabetli olmadığını ve takımının o yüzden maçı kaybetmesinden bahsetmektedir. Yani başka bir deyiş ile zihinsel ve duygusal bileşenler performansın fiziksel ve teknik yönlerini aşar. Zihinsel becerinin iyi olması için ise sporcunun yüksek değerlerde zihinsel dayanıklılığı olması gerekmektedir (Weinberg ve Gould, 2015). Basketbol, Rugby, Futbol, Hentbol, Kriket gibi spor branşlarında zihinsel dayanıklılığın spor boyutunu

inceleyen çalışmalar yapılmıştır (Newland ve Newton, 2013; Golby ve ark, 2003; Gucciardi ve ark,2008; Ragab, 2015; Bull ve ark, 2005). Zihinsel dayanıklılık ile ilgili literatürde Clough ve Strycharczyk (2012) nin MTQ48, Sheard ve ark (2009) SMTQ gibi anket çalışmaları vardır. Bu bağlamda zihinsel dayanıklılığın sportif başarılar için etkili bir psikolojik faktör olduğu söylenebilir (Sorensen ve ark, 2016).

2.4.Bilişsel Esneklik

Dryden (2018) kitabında esneklik kavramını Procrustes'in bir hikayesini örnek göstererek anlatmış ve esnekliğin siyah veya beyaz olmaktan ziyade gri olarak farklı çözüm yolları aramaya yatkın her iki durumun farkında olarak en iyi ve en doğru çözümü arama eğilimi olarak tanımlamıştır.

Bilişsel esneklik bir problemin nasıl çözüleceğini veya çeşitli alanlarda bir hedefi, görevi yerine getirmeye karar verirken içeriğe özgü çeşitli bilgi unsurlarını göz önünde bulundurma ve bir bağlamda bir problem çözme veya görevini yürütmeyi bir uyarılma eğilimi olarak tanımlanabilir. Bilişsel esnekliğin hem algısal hem de temsil edici bileşenleri vardır. Esnek olabilmek için bağlamdaki değişiklikleri fark etmek ve yeni bilgileri algılamak gerekir (Elen ve ark., 2011).

Bilişsel esneklik düzeyinin yüksek seviyelerde olması Sürekli değişen istikrarsız koşullarda bireyin verimliliğini arttırması ve stres ile daha iyi başa çıkmasını sağlar (Burke ve ark., 2006).

Bilişsel esnekliğin bir başka tanımı ise bir insanın iletişim alternatifleri konusundaki farkındalığını, karşılaşılan durumlara uyum göstermede istekli olduğunu ve esnek olabilme öz yeterliliği ifade eder (Martin ve Rubin, 1995). Esnek olabilmek bilişsel esneklikte bir davranışın çok farklı yollar ile ifade edilebildiğinin farkında olmak olarak açıklanır (Martin ve Anderson, 1998). Yeni karşılaşılan durumlara bireyin rutinin dışında cevap vermesi kişinin bilişsel esnekliğinin bir göstergesidir (Kardeş, 2016).

Bu tanımlar ve düşünceler bizi sporda yaratıcılık ile esneklik kavramlarına götürmektedir. Yaratıcılık, karmaşık spor branşlarında değişken nadir ve esnek karar vermeyi gerektirmektedir (Mommert ve Roth, 2007). Birçok antrenör sporcularından bilişsel esnekliğe bağlı olarak yaratıcı düşünmesini istemektedir. Ancak nasıl geliştirileceği belirsizdir (Mommert ve ark, 2010). Buna karşılık çeşitli spor

müسابakalarına ve fiziksel aktivitelere katılmak yaratıcılığın gelişiminde faydalı olabilir (Abernethy ve ark, 2005). Aslan (2018) çalışmasında özellikle takım sporlarıyla uğraşan antrenörler ve sporcuların yeteneklerini geliştirmek için bilişsel esnekliğin öneminin farkında olması gerektiğinden bahsetmektedir. Bilişsel esneklik sadece bir dizi beceri ve yeterlilik değil aynı zamanda bir eğilimdir ve karmaşık yollarla ilişkilidir (Elen ve ark, 2011). William ve Elliot (1999) sporcuların endişeli olduğunda dikkat odaklarının düştüğünü çevre kontrollerini azalttıklarından bahsetmektedir. Bu dışarıya bağlı durumlarda oyuncular sıkıştığında yapmasını beklediği kararları uygularken algısal ve bilişsel kararlar çok önemlidir (Williams, 2009).



3. YÖNTEM

3.1.Araştırmanın Amacı

Bu çalışma geleneksel sporlarda takım sporlarının ve e-spor oyunlarındaki takım oyunlarının zihinsel dayanıklılık ve bilişsel esneklik boyutlarını incelemek amacıyla yapılmıştır.

3.2.Araştırmanın Yöntemsel Modeli

Çalışmaya profesyonel veya amatör kategorilerde e-spor ve geleneksel spor ile uğraşan erkek ve kadın takım sporcuları gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılabilecek yaş aralığı ise 18-30 yaş arasındaki sporcular olarak belirlenmiştir. Ölçek çalışmalarında örneklem büyüklüğü belirlenmesinde ölçekte bulunan madde sayısının 5-10 katı alınması önerilmektedir (Şahin, 1994; Aker ve ark., 2005). Çalışmada 25 tane soru olduğu için çalışmaya toplam geleneksel sporda (119 kadın, 163 erkek) ve e-sporda (141 kadın, 182 erkek) olmak üzere 605 gönüllü sporcu katılmıştır. Geleneksel spordaki sporcuların branşı basketbol, futbol, voleybol, hentbol olarak belirlenmişken, e-spordaki sporcuların oynadığı oyunlar League of legends (LOL), Defender of the Ancients (DOTA2), Counter Strike: Global Offensive (CS:GO), PlayerUnknown's Battlegrounds (PUBG) olarak belirlenmiştir. Geleneksel spordaki branşların ve e-spordaki oyunların seçilme nedenleri; seçilen tüm branşlar ve oyunların takım sporu olması ve takım halinde uygulanması, her iki spor türünün belirli kurallar eşliğinde yüksek rekabet ortamında gerçekleştirilen rekabetçi müsabakalar olmasıdır (Newzoo, 2019). Ayrıca geleneksel spordaki branşlara ve e-spordaki oyunlara bakıldığında her ikisi de izlenme sayılarına, yapılan etkinliklere (lig, çeşitli organizasyonlar, sosyal medyadaki ilgi) göre kendi alanlarındaki popüler branşlardır (Newzoo, 2019).

Çalışmaya başlamadan önce gerekli izinler Muğla Üniversitesi Spor Kulübü, Muğla Büyük Şehir Belediyesi Spor Kulübü ve Türkiye E-spor Federasyonundan alınmıştır. Sporcuların zihinsel dayanıklılığını ve bilişsel esnekliğini incelemek için Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği (SMDÖ) ve Bilişsel Esneklik Ölçeği (BEÖ) ölçeklerinden yararlanılmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği (SMDÖ)

Sporcuların zihinsel dayanıklılığını ölçmek için Sporcularda Mental Dayanıklılık Ölçeğinden yararlanılmıştır. Sporcularda Mental Dayanıklılık Ölçeğini Sheard ve ark, (2009) geliştirmiştir. Türkçe güvenirlik geçerlik çalışmasını Pehlivan, (2014) yapmıştır. Ölçeğin ilk hali 14 maddelik 4'lü likert tipiyle oluşturulmuş olup geçerlik güvenirlik çalışmasında doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır ve sonucunda ölçekten ilk madde çıkarılarak ölçek Türkçe geçerlik güvenirlik çalışmasında 13 maddeye indirilmiştir. Çalışmada 13 maddelik ölçek kullanılacaktır. Ölçek 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar: Güven, Bağlılık, Kontroldür. Ölçekte 1,2,3,4,5 maddelerinde Güven, 6,7,8,9 maddelerinde bağlılık, 10,11,12,13 maddelerinde kontrol boyutlarına yer verilmiş. Ölçekte “Kesinlikle Doğru”, “Genellikle Doğru”, “Nadiren Doğru”, “Hiç Doğru Değil” şeklinde 4 likert tipi vardır. 8, 9, 10, 11, 12, 13 maddelerde ters puanlama uygulanmıştır (Pehlivan, 2014;Sheard ve ark, 2009).

3.3.2. Bilişsel Esneklik Ölçeği (BEÖ)

Bilişsel Esneklik Ölçeğini ise Martin ve Rubin (1995) geliştirmiştir. Türkçe geçerlik-güvenirlik çalışmasını ise Altunkol (2011) yapmıştır. Ölçek toplam 12 maddeden oluşmaktadır ve kişinin bilişsel esneklik düzeyini belirlemek için geliştirmiştir. “kesinlikle katılmıyorum”, “katılmıyorum”, “biraz katılmıyorum”, “Biraz Katılıyorum”, “Katılıyorum”, “Kesinlikle Katılıyorum” şeklinde 6’lı likert tipi kullanılmıştır. Toplam puan her bir maddeye verilen yanıtların toplanmasıyla elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 12, en yüksek puan 72’dir. Yüksek puanlar yüksek düzeyde bilişsel esnekliği gösterirken, düşük puanlarda, düşük düzeyde bilişsel esnekliği göstermektedir. Maddeler bilişsel esnekliğin üç boyutu olan Farkındalık, İsteklilik Ve Öz Yeterlilik kullanılarak düzenlenmiştir. Türkçe formunda maddeler incelendiğinde 1., 5., 9. Maddeler Farkında Olma boyutuna, 2., 3., 6., 11. Maddeler İsteklilik boyutuna, 4., 7., 8., 10., 12. Maddeler ise Öz Yeterlilik boyutuna alınabilir. Ancak ölçek alt boyutuna göre değil orijinal formunda olduğu gibi tam formda uygulanması daha uygun görülmüştür. (Altunkol, 2011;Martin ve Rubin, 1995). Ancak çalışmamda katılımcıların detaylı bir analizini

yapmak için Bilişsel Esneklik Ölçeği alt boyutları ve toplam skorlarıyla incelenmiştir.

3.4.İstatistiksel Analiz

Çalışmadan elde eden veriler SPSS 22.00 programında analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini bulmak için Shapiro-Wilk testi kullanılmıştır. Shapiro-Wilk Testi sonuçlarına göre veriler normal dağılım göstermiştir. Bu yüzden parametrik testler kullanılmıştır. Katılımcıların demografik bilgileri ve özellikleri yüzde ve frekans analizleriyle tespit edilmiştir. Gruplar arasındaki farklar Bağımsız Örneklem t Test ile çözümlenmiştir. Branşlar arasındaki farklar ise Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile belirlenmiştir. Farklılıkların hangi spor branşından kaynaklandığını belirlemek için ise Tukey HSD testleri yapılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon Testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Tablo 1: Geleneksel spor ve e-spor ile ilgilenen katılımcıların Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Ölçeği'nin Shapiro-Wilk testi sonuçları

	Güven	Bağlılık	Kontrol	Toplam	Farkında Olma	İsteklilik	Öz yeterlilik	Toplam
Çarpıklık	-,046	-,537	-,631	-,194	-,617	-,389	-1,297	-1,341
Basıklık	-,646	-,267	-,104	-,423	1,117	1,095	2,543	3,428

Geleneksel sporda takım sporu ile uğraşan kadın ve erkek sporcular ile e-sporda takım halinde oyunlarla uğraşan oyuncuların Sporda Mental Dayanıklılık ve Bilişsel Esneklik Ölçeklerinin normal dağılım gösterdiği görülmüştür.

Tablo 2: Katılımcıların “Hangi meslek ile uğraşıyorsunuz” sorusuna vermiş oldukları cevapların yüzde ve frekans analizi

	GS Kadın	GS Erkek	ES Kadın	ES Erkek	Toplam
Öğrenci	79 21,5%	100 27,2%	88 24,0%	100 27,2%	367 100,0%
Kamu Görevlisi	14 21,5%	18 27,7%	9 13,8%	24 36,9%	65 100,0%
Özel Sektör	7 6,0%	22 19,0%	35 30,2%	52 44,8%	116 100,0%
Çalışmıyor	1 5,3%	6 31,6%	8 42,1%	4 21,1%	19 100,0%
Sporcu	18 47,4%	17 44,7%	1 2,6%	2 5,3%	38 100,0%
Toplam	119 19,7%	163 26,9%	141 23,3%	182 30,1%	605 100,0%

(GS: Geleneksel spor, ES: E-spor)

Tablo 2 de görüyoruz ki anketimize katılan sporculardan ve oyunculardan 367 kişi öğrenci, 65 kişi kamu görevlisi, 116 kişi özel sektör, 19 kişi işsiz ve 38 kişi sporcudur. Ortalamalara baktığımızda en fazla yoğunluğun olduğu öğrenci grubunun % 51,2 sini e-sporcular oluştururken kendi mesleklerinin sporcusu olduğunu söyleyen kişilerin % 92,1 ini geleneksel sporcular oluşturmaktadır.

Tablo 3: Katılımcıların “Günde kaç saatinizi bu spora ayırıyorsunuz” sorusuna vermiş oldukları cevapların yüzde ve frekans analizi

	Sayı	Ort.	S.S
GS Kadın	119	2,50	1,00
GS Erkek	163	2,28	1,086
ES Kadın	141	2,83	1,65
ES Erkek	182	4,14	2,71
Toplam	605	3,01	1,98

(GS: Geleneksel spor, ES: E-spor)

Kadın ve erkek geleneksel sporcular ile kadın ve erkek e-sporcuların kendi branşlarına günde kaç saat ayırdıklarının ortalaması alındığında kadın ve erkek e-sporcuların geleneksel sporculara göre daha çok zaman ayırdıklarını görmekteyiz.

Tablo 4: Katılımcıların “Günde kaç saatinizi bu spora ayırıyorsunuz?” Sorusuna verdikleri cevapların cinsiyet ve branşlara göre yüzde ve frekans analizi

	Sayı	Ort.	S.S
Kadın Futbol	30	2,13	,57
Kadın Basketbol	27	2,63	1,21
Kadın Voleybol	30	2,83	1,31
Kadın Hentbol	32	2,41	,665
Kadın LOL	39	3,03	1,82
Kadın PUBG	34	3,00	1,51
Kadın CS:GO	35	2,29	1,36
Kadın DOTA 2	33	3,00	1,80
Toplam	260	2,68	1,40
Erkek Futbol	74	2,45	1,18
Erkek Basketbol	35	2,29	1,12
Erkek Voleybol	31	2,26	,999
Erkek Hentbol	23	1,78	,600
Erkek LOL	81	4,19	2,78
Erkek PUBG	33	3,55	2,58
Erkek CS:GO	35	4,80	2,56
Erkek DOTA 2	33	3,91	2,76
Toplam	345	3,26	2,29

Her branşın tek tek ortalamalarına baktığımızda en çok zamanı e-sporunda CS:GO oynayan erkek oyuncuların ayırdığını görmekteyiz en az zamanı ise erkek hentbol sporcuları ayırmaktadır.

Tablo 5: Katılımcıların “Yaşınız” sorusuna vermiş oldukları cevapların ortalama ve standart sapma değerleri

	Sayı	Ort.	S.S.
GS Kadın	119	21,47	2,93
GS Erkek	163	22,62	3,14
ES Kadın	141	23,01	3,60
ES Erkek	182	23,18	3,41
Toplam	605	22,66	3,35

(GS: Geleneksel spor, ES: E-spor)

Yaş ortalamalarına baktığımızda en yüksek ortalamanın erkek e-sporcularda olduğunu görmekteyiz. En düşük yaş ortalamasına ise kadın geleneksel sporcular sahiptir.

Tablo 6: Katılımcıların “Yaşınız” sorusuna vermiş oldukları cevapların branşlara göre ortalama ve standart sapma değerleri

	Sayı	Ort.	S.S.
Erkek Futbol	74	22,90	3,29
Erkek Basketbol	35	22,65	3,61
Erkek Voleybol	31	22,03	2,68
Erkek Hentbol	23	22,47	2,46
Erkek LOL	81	22,58	3,20
Erkek PUBG	33	24,12	3,72
Erkek Csgo	35	22,68	3,70
Erkek Dota2	33	24,27	2,92
Toplam	345	22,92	3,30
Kadın Futbol	30	20,50	2,02
Kadın Basketbol	27	21,63	3,31
Kadın Voleybol	30	22,53	3,14
Kadın Hentbol	32	21,28	2,88
Kadın LOL	39	23,10	3,78
Kadın PUBG	34	22,35	3,38
Kadın Csgo	35	22,00	3,33
Kadın DOTA 2	33	24,66	3,44
Toplam	260	22,31	3,39

Tablo 7: Katılımcıların “Gelir düzeyiniz” sorusuna vermiş oldukları cevapların yüzde ve frekans analizi

	GS Kadın	GS Erkek	ES Kadın	ES Erkek	Toplam
0-2000	75	106	98	115	394
	19,0%	26,9%	24,9%	29,2%	100,0%
2000-4000	30	41	33	42	146
	20,5%	28,1%	22,6%	28,8%	100,0%
4000-6000	8	6	7	12	33
	24,2%	18,2%	21,2%	36,4%	100,0%
6000-8000	5	0	0	2	7
	71,4%	0,0%	0,0%	28,6%	100,0%
8000 ve üzeri	1	10	3	11	25
	4,0%	40,0%	12,0%	44,0%	100,0%
Toplam	119	163	141	182	605
	19,7%	26,9%	23,3%	30,1%	100,0%

(GS: Geleneksel Spor, ES: E-spor)

Tablo.2 de görüldüğü gibi çalışmamıza katılan toplam 605 sporcunun 367 kişi öğrenci olduğu için çalışmaya katılan sporcuların gelir dağılımında 0-2000TL arası gelir düzeyine sahip olan sporcular yoğunlukta olduğu görülmektedir.

Tablo 8: Katılımcıların “Eğitim düzeyiniz” sorusuna vermiş oldukları cevapların yüzde ve frekans analizi

	GS Kadın	GS Erkek	ES Kadın	ES Erkek	Toplam
İlköğretim	0 0,0%	1 20,0%	1 20,0%	3 60,0%	5 100,0%
Ortaöğretim	66 22,4%	75 25,4%	78 26,4%	76 25,8%	295 100,0%
Lisans	49 17,3%	83 29,3%	55 19,4%	96 33,9%	283 100,0%
Lisansüstü	4 18,2%	4 18,2%	7 31,8%	7 31,8%	22 100,0%
Toplam	119 19,7%	163 26,9%	141 23,3%	182 30,1%	605 100,0%

(GS: Geleneksel Spor, ES: E-spor)

Çalışmamıza katılan sporcuların eğitim düzeylerini incelediğimizde büyük çoğunluğunun 295 sporcu ile ortaöğretim mezunu olduklarını 283 kişinin ise lisans mezunu olduğunu görmekteyiz.

Tablo 9: Katılımcıların “Kaç yıldır bu sporu yapıyorsunuz” sorusuna vermiş oldukları cevabın yüzde ve frekans analizi

	Sayı	Ort.	S.S
GS Kadın	119	9,50	3,71
GS Erkek	163	10,58	4,19
ES Kadın	141	3,20	1,46
ES Erkek	182	4,97	2,58
Toplam	605	6,96	4,38

(GS: Geleneksel Spor, ES: E-spor)

Tablo 10: Katılımcıların “Kaç yıldır bu sporu yapıyorsunuz?” Sorusuna verdikleri cevapların cinsiyet ve branşlara göre yüzde ve frekans analizi

	Sayı	Ort.	S.S
Kadın Futbol	30	7,57	2,99
Kadın Basketbol	27	8,85	3,88
Kadın Voleybol	30	11,00	3,81
Kadın Hentbol	32	10,44	3,31
Kadın LOL	39	3,64	1,69
Kadın PUBG	34	2,12	,32
Kadın CS:GO	35	3,34	1,05
Kadın DOTA 2	33	3,64	1,71
Toplam	260	6,08	4,16
Erkek Futbol	74	11,15	3,80
Erkek Basketbol	35	11,46	4,57
Erkek Voleybol	31	8,55	4,74
Erkek Hentbol	23	10,13	3,18
Erkek LOL	81	5,23	1,67
Erkek PUBG	33	2,33	,47
Erkek CS:GO	35	4,80	2,78
Erkek DOTA 2	33	7,12	3,18
Toplam	345	7,62	4,43

Tablo 11: Çalışmaya katılan sporcuların cinsiyet ayrımına göre karşılaştırılması

		Cinsiyet	Sayı	Ort.	S.S	t	p	
Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği	Güven	Kadın	260	14,37	3,05	-2,902	,004*	
		Erkek	345	15,08	2,92			
	Bağlılık	Kadın	260	12,81	2,31	-,877	,381	
		Erkek	345	12,97	2,25			
	Kontrol	Kadın	260	11,58	3,01	-1,962	,050	
		Erkek	345	12,04	2,79			
	Toplam	Kadın	260	38,77	6,49	-2,629	,009*	
		Erkek	345	40,11	5,97			
	Bilişsel Esneklik Ölçeği	Farkında Olma	Kadın	260	12,06	2,84	,519	,604
			Erkek	345	11,95	2,43		
İsteklilik		Kadın	260	15,06	3,40	,481	,631	
		Erkek	345	14,93	3,02			
Öz yeterlilik		Kadın	260	21,85	4,38	-,299	,765	
		Erkek	345	21,95	4,09			
Toplam		Kadın	260	48,98	9,27	,190	,849	
		Erkek	345	48,84	8,03			

(*:p<0.05)

Çalışmaya katılan 260 kadın sporcu ve oyuncu ile 345 erkek sporcu ve oyuncuların Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Ölçeği incelendiğinde SMDÖ'nün güven alt boyutu ve toplam skorlarında anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Erkek sporcuların skorları kadın sporculardan daha yüksektir. SMDÖ'nün bağlılık alt boyutlarında ve BEÖ'nün toplam skorları ve tüm alt boyutlarında anlamlı hiçbir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). SMDÖ'nün kontrol alt boyutunda $p=0,050$ bulunmuştur.

Tablo 12: Çalışmaya katılan geleneksel sporcuların cinsiyete göre SMDÖ ve BEÖ açısından karşılaştırılması

	Cinsiyet	Sayı	Ort.	S.S	t	p		
Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği	Güven	GS Kadın	119	14,68	2,90	-1,438	,152	
		GS Erkek	163	15,19	3,02			
	Bağlılık	GS Kadın	119	13,54	1,96	1,770	,078	
		GS Erkek	163	13,07	2,33			
	Kontrol	GS Kadın	119	12,18	2,55	,039	,969	
		GS Erkek	163	12,17	2,92			
	Toplam	GS Kadın	119	40,41	5,86	-,049	,961	
		GS Erkek	163	40,44	6,17			
	Bilişsel Esneklik Ölçeği	Farkında Olma	GS Kadın	119	11,97	2,68	,956	,340
			GS Erkek	163	11,66	2,72		
İsteklilik		GS Kadın	119	15,16	2,89	1,517	,131	
		GS Erkek	163	14,58	3,40			
Öz yeterlilik		GS Kadın	119	22,21	4,31	1,216	,225	
		GS Erkek	163	21,54	4,77			
Toplam		GS Kadın	119	49,36	8,73	1,405	,161	
		GS Erkek	163	47,79	9,63			

(GS: Geleneksel Spor, ES: E-spor)

Geleneksel sporda takım sporlarıyla ilgilenen sporcular arasında kadın ve erkek sporcuların Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Ölçeği'nin incelenmesi sonucunda anlamlı bir fark görülmemektedir ($p>0.05$).

Tablo 13: Çalışmaya katılan e-sporcuların cinsiyete göre SMDÖ ve BEÖ açısından karşılaştırılması

		Cinsiyet	Sayı	Ort.	S.S	t	p
Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği	Güven	ES Kadın	141	14,12	3,15	-2,598	,010*
		ES Erkek	182	14,98	2,83		
	Bağlılık	ES Kadın	141	12,19	2,41	-2,696	,007*
		ES Erkek	182	12,89	2,17		
	Kontrol	ES Kadın	141	11,07	3,27	-2,606	,010*
		ES Erkek	182	11,93	2,68		
	Toplam	ES Kadın	141	37,39	6,70	-3,481	,001*
		ES Erkek	182	39,81	5,79		
Bilişsel Esneklik Ölçeği	Farkında Olma	ES Kadın	141	12,14	2,98	-,255	,799
		ES Erkek	182	12,21	2,11		
	İsteklilik	ES Kadın	141	14,97	3,78	-,784	,434
		ES Erkek	182	15,25	2,61		
	Öz yeterlilik	ES Kadın	141	21,53	4,43	-1,803	,072
		ES Erkek	182	22,31	3,33		
	Toplam	ES Kadın	141	48,65	9,73	-1,275	,203
		ES Erkek	182	49,79	6,14		

(GS: Geleneksel Spor, ES: E-spor), (*:p<0.05)

E-sporunda takım oyunları oynayan kadın ve erkek sporcuların Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Ölçeği incelendiğinde; SMDÖ'nün toplam skorunda ve alt boyutlarının tamamında anlamlı bir fark tespit edilmiştir (p<0.05). Erkek e-sporcuların SMDÖ puanı kadın e-sporculardan daha iyidir. BEÖ'nün alt boyutlarının skorlarında ve toplam skorlarında hiçbir anlamlı farka rastlanmamıştır (p>0.05).

Tablo 14: Kadın geleneksel sporcular ile kadın e-sporcuların SMDÖ ve BEÖ açısından karşılaştırılması

			Sayı	Ort.	S.S	t	p
Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği	Güven	GS Kadın	119	14,68	2,90	1,478	,141
		ES Kadın	141	14,12	3,15		
	Bağlılık	GS Kadın	119	13,54	1,96	4,868	,000*
		ES Kadın	141	12,19	2,41		
	Kontrol	GS Kadın	119	12,18	2,55	3,019	,003*
		ES Kadın	141	11,07	3,27		
	Toplam	GS Kadın	119	40,41	5,86	3,834	,000*
		ES Kadın	141	37,39	6,70		
Bilişsel Esneklik Ölçeği	Farkında Olma	GS Kadın	119	11,97	2,68	-,470	,638
		ES Kadın	141	12,14	2,98		
	İsteklilik	GS Kadın	119	15,16	2,89	,446	,656
		ES Kadın	141	14,97	3,78		
	Öz yeterlilik	GS Kadın	119	22,21	4,31	1,246	,214
		ES Kadın	141	21,53	4,43		
	Toplam	GS Kadın	119	49,36	8,73	,607	,544
		ES Kadın	141	48,65	9,73		

(GS: Geleneksel Spor, ES: E-spor), (*:p<0.05)

Geleneksel sporda takım sporları ile uğraşan kadın sporcular ile e-sporda takım oyunları oynayan kadın oyuncular arasında Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Ölçeği kullanılarak yapılan araştırmada Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği'nin alt boyutlarından olan bağlılık, kontrol boyutları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği toplam skorlar incelendiğinde yine anlamlı fark göze çarpmaktadır ($p<0.05$). Bilişsel Esneklik Ölçeği alt boyutlarının skorları ve toplam skorlar incelendiğinde herhangi anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p>0.05$).

Tablo 15: Erkek geleneksel sporcular ile erkek e-sporcuların SMDÖ ve BEÖ açısından karşılaştırılması

			Sayı	Ort.	S.S	t	p
Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği	Güven	GS Erkek	163	15,19	3,02	,657	,512
		ES Erkek	182	14,98	2,83		
	Bağlılık	GS Erkek	163	13,07	2,33	,781	,435
		ES Erkek	182	12,89	2,17		
	Kontrol	GS Erkek	163	12,17	2,92	,788	,431
		ES Erkek	182	11,93	2,68		
	Toplam	GS Erkek	163	40,44	6,17	,985	,325
		ES Erkek	182	39,81	5,79		
Bilişsel Esneklik Ölçeği	Farkında Olma	GS Erkek	163	11,66	2,72	-2,113	,035*
		ES Erkek	182	12,21	2,11		
	İsteklilik	GS Erkek	163	14,58	3,40	-2,078	,038*
		ES Erkek	182	15,25	2,61		
	Öz yeterlilik	GS Erkek	163	21,54	4,77	-1,756	,080
		ES Erkek	182	22,31	3,33		
	Toplam	GS Erkek	163	47,79	9,63	-2,322	,021
		ES Erkek	182	49,79	6,14		

(GS: Geleneksel Spor, ES: E-spor), (*:p<0.05)

Geleneksel sporda takım sporları ile uğraşan erkek sporcular ile e-sporda takım oyunları oynayan erkek oyuncular arasında Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği açısından hiçbir anlamlı farka rastlanmamıştır ($p>0.05$). Bilişsel Esneklik Ölçeği'nin farkında olma ve isteklilik alt boyutlarında anlamlı farka tespit edilmiştir ($p<0.05$). Ortaya çıkan anlamlı fark e-sporcuların lehinedir.

Tablo 16: Geleneksel sporcuların ve e-sporcuların SMDÖ ve BEÖ'ye göre incelenmesi

		Spor Türü	Sayı	Ort.	S.S	t	p
Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği	Güven	E-Spor	323	14,60	3,00	-1,512	,131
		Geleneksel Spor	282	14,97	2,98		
	Bağlılık	E-Spor	323	12,58	2,30	-3,744	,000*
		Geleneksel Spor	282	13,27	2,19		
	Kontrol	E-Spor	323	11,55	2,97	-2,639	,009*
		Geleneksel Spor	282	12,17	2,76		
	Toplam	E-Spor	323	38,75	6,31	-3,327	,001*
		Geleneksel Spor	282	40,43	6,03		
Bilişsel Esneklik Ölçeği	Farkında Olma	E-Spor	323	12,18	2,52	1,823	,069
		Geleneksel Spor	282	11,79	2,70		
	İsteklilik	E-Spor	323	15,13	3,17	1,178	,239
		Geleneksel Spor	282	14,82	3,20		
	Öz yeterlilik	E-Spor	323	21,97	3,86	,432	,666
		Geleneksel Spor	282	21,82	4,59		
	Toplam	E-Spor	323	49,29	7,92	1,206	,228
		Geleneksel Spor	282	48,45	9,28		

(GS: Geleneksel Spor, ES: E-spor), (*:p<0.05)

Geleneksel sporda takım sporlarıyla ilgilenen kadın, erkek sporcular ile e-sporunda takım oyunlarıyla ilgilenen kadın, erkek oyuncuların sporda mental dayanıklılık ve bilişsel esneklik ölçekleri incelendiğinde Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği'nin alt boyutlarından olan bağlılık ve kontrol boyutlarında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Ayrıca Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği'nin toplam skorları incelendiğinde Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği'nde anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Geleneksel sporcuların e-sporculara göre Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği skorları daha üstündür. Bilişsel Esneklik Ölçeği'nde ise alt boyutlarıyla birlikte incelendiğinde herhangi bir anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 17: Geleneksel spordaki ve e-sportdaki branşların SMDÖ'nün güven alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	P
Geleneksel Spor	Futbol	104	15,07	2,74		
	Basketbol	62	14,80	3,09		
	Voleybol	61	15,29	3,29		
	Hentbol	55	14,63	2,93		
E-spor	LOL	120	14,69	3,07	1,063	,386
	PUBG	67	15,00	3,06		
	CS:GO	70	14,61	2,57		
	DOTA 2	66	14,06	3,22		
	Toplam	605	14,78	2,99		

Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği alt boyutlarından güven boyutunun skorlarının çalışmadaki tüm branşlara göre incelenmesi sonucunda branşlar arası anlamlı bir fark gözlemlenmemektedir ($p>0.05$).

Tablo 18: Geleneksel spordaki ve e-sportdaki branşların SMDÖ'nün bağlılık alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	P	Tukey HSD
Geleneksel Spor	Futbol	104	13,48	1,97			
	Basketbol	62	13,06	2,62			
	Voleybol	61	13,67	1,97			
	Hentbol	55	12,69	2,20			
E-spor	LOL	120	12,83	2,18	3,946	,000*	Futbol >DOTA 2 Voleybol>DOTA2
	PUBG	67	12,86	2,65			
	CS:GO	70	12,37	2,20			
	DOTA 2	66	12,09	2,19			
	Toplam	605	12,90	2,28			

(*:p<0.05)

Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği alt boyutlarından bağlılık boyutunun skorları incelendiğinde branşlar arasında futbol ve voleybol branşı ile DOTA 2 oyunu arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0.05). DOTA 2 oyuncularının hem futbol hem de voleybol oyuncularından daha düşük SMDÖ bağlılık alt boyutu skoruna sahip olmasından kaynaklanmaktadır.

Tablo 19: Geleneksel spordaki ve e-sportdaki branşların SMDÖ'nün kontrol alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p	Tukey HSD
Geleneksel Spor	Futbol	104	12,29	2,69	3,992	,000*	Voleybol>DOTA2
	Basketbol	62	12,22	2,58			
	Voleybol	61	12,95	2,46			
	Hentbol	55	11,03	3,11			
E-spor	LOL	120	11,64	3,10			
	PUBG	67	12,14	2,43			
	CS:GO	70	11,52	2,99			
	DOTA 2	66	10,83	3,14			
	Toplam	605	11,84	2,89			

(*:p<0.05)

Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği alt boyutlarından kontrol boyutunun skorları branşlar arasında incelendiğinde voleybol branşı ile DOTA 2 oyunu arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0.05). DOTA 2 oyuncularının SMDÖ kontrol alt boyutu skorunun daha düşük olmasından kaynaklanmaktadır.

Tablo 20: Geleneksel spordaki ve e-sportdaki branşların SMDÖ'nün toplam skorları açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p	Tukey HSD
Geleneksel Spor	Futbol	104	40,85	5,65	4,418	,000*	Futbol>DOTA 2 Voleybol>DOTA2
	Basketbol	62	40,09	5,94			
	Voleybol	61	41,91	5,80			
	Hentbol	55	38,36	6,63			
E-spor	LOL	120	39,16	6,48			
	PUBG	67	40,01	6,34			
	CS:GO	70	38,51	5,73			
	DOTA 2	66	36,98	6,27			
	Toplam	605	39,53	6,23			

(*:p<0.05)

Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği'nin toplam skorları incelendiğinde branşlar arasında futbol ve voleybol branşı skorları ile DOTA 2 oyunun skorları arasında anlamlı bir farka rastlanmaktadır ($p < 0.05$). DOTA 2 oyuncularının SMDÖ toplam skorları futbol ve voleybol oyuncularından daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 21: Geleneksel spordaki ve e-spordaki branşların BEÖ'nün farkında olma alt boyutu açısından incelenmesi

	Sayı	Ort.	S.S	F	P
Futbol	104	11,60	2,54		
Basketbol	62	12,01	3,22		
Voleybol	61	11,77	2,56		
Hentbol	55	11,92	2,57		
LOL	120	12,44	2,18	1,074	,379
PUBG	67	11,79	2,60		
CS:GO	70	12,01	2,34		
DOTA 2	66	12,28	3,13		
Toplam	605	12,00	2,61		

Bilişsel Esneklik Ölçeği alt boyutlarından farkında olma boyutunun skorlarını incelendiğimizde branşlar arasında anlamlı bir fark gözlemlenmemiştir ($p > 0.05$).

Tablo 22: Geleneksel spordaki ve e-spordaki branşların BEÖ'nün isteklilik alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel Spor	Futbol	104	14,78	3,03		
	Basketbol	62	14,64	3,26		
	Voleybol	61	14,72	3,49		
	Hentbol	55	15,23	3,17		
E-spor	LOL	120	15,30	2,98	,592	,763
	PUBG	67	14,74	2,64		
	CS:GO	70	15,31	3,27		
	DOTA 2	66	15,04	3,86		
	Toplam	605	14,99	3,19		

Bilişsel Esneklik Ölçeği alt boyutlarından isteklilik boyutunun skorları incelendiğinde branşlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > 0.05$).

Tablo 23: Geleneksel spordaki ve e-sportdaki branşların BEÖ'nün öz yeterlilik alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel Spor	Futbol	104	21,90	4,37	,870	,530
	Basketbol	62	21,54	5,03		
	Voleybol	61	21,77	4,73		
	Hentbol	55	22,07	4,41		
E-spor	LOL	120	22,55	3,21		
	PUBG	67	21,13	3,69		
	CS:GO	70	22,12	3,59		
	DOTA 2	66	21,63	5,10		
Toplam		605	21,90	4,21		

Bilişsel Esneklik Ölçeği alt boyutlarından öz yeterlilik boyutunun skorlarına baktığımızda branşlar arasında anlamlı bir fark yoktur ($p>0.05$).

Tablo 24: Geleneksel spordaki ve e-sportdaki branşların BEÖ'nün toplam skorları açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel Spor	Futbol	104	48,29	8,69	,878	,523
	Basketbol	62	48,20	10,34		
	Voleybol	61	48,26	9,54		
	Hentbol	55	49,23	9,02		
E-spor	LOL	120	50,29	6,49		
	PUBG	67	47,67	7,22		
	CS:GO	70	49,45	7,66		
	DOTA 2	66	48,96	10,65		
Toplam		605	48,90	8,58		

Bilişsel Esneklik Ölçeği'nin toplam skorları incelendiğinde branşlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 25: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün güven alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel spor	Futbol	30	14,50	2,55	,540	,804
	Basketbol	27	14,92	2,90		
	Voleybol	30	15,10	3,18		
	Hentbol	32	14,25	3,00		
E-spor	LOL	39	14,02	3,52		
	PUBG	34	14,05	2,78		
	CS:GO	35	14,11	2,47		
	DOTA 2	33	14,30	3,77		
	Toplam	260	14,37	3,05		

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki kadın sporcuların SMDÖ'nün güven alt boyutu skorları incelendiğinde herhangi bir anlamlı farka rastlanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 26: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün bağlılık alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p	Tukey HSD	
Geleneksel spor	Futbol	30	13,73	1,68	4,464	,000*		
	Basketbol	27	13,85	1,91				
	Voleybol	30	13,63	2,00				Futbol> CS:GO
	Hentbol	32	13,03	2,20				
E-spor	LOL	39	12,66	2,21				
	PUBG	34	12,20	2,61			Basketbol> CS:GO	
	CS:GO	35	11,54	2,31			Voleybol> CS:GO	
	DOTA 2	33	12,33	2,49				
	Toplam	260	12,81	2,31				

(*:p<0.05)

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki kadın sporcuların SMDÖ'nün bağlılık alt boyutu skorları incelendiğinde futbol, basketbol, voleybol branşlarıyla ilgilenen kadın sporcular ve CS:GO oyunu oynayan kadın oyuncular arasında anlamlı fark vardır ($p<0.05$). CS:GO ile ilgilenen kadın sporcuların bağlılık alt boyutu skorlarının

Futbol, basketbol, voleybol branşı oyunu ile ilgilenen kadın oyuncuların daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 27: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün kontrol alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p	Tukey HSD
Geleneksel spor	Futbol	30	11,90	2,52	3,566	,001*	Basketbol> Dota2
	Basketbol	27	13,00	1,96			
	Voleybol	30	12,86	1,83			
	Hentbol	32	11,12	3,20			
E-spor	LOL	39	11,28	3,50	3,566	,001*	Voleybol> Dota2
	PUBG	34	11,76	2,53			
	CS:GO	35	11,22	3,44			
	DOTA 2	33	9,93	3,31			
	Toplam	260	11,58	3,01			

(*:p<0.05)

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki kadın sporcuların SMDÖ'nün kontrol alt boyutu skorları incelendiğinde basketbol, voleybol branşlarıyla ilgilenen kadın sporcular ve DOTA 2 oyunu oynayan kadın oyuncular arasında anlamlı fark gözlenmiştir (p<0.05). DOTA 2 oyunu ile ilgilenen kadın sporcuların kontrol alt boyutu skorları basketbol ve voleybol oyunu ile ilgilenen kadın oyuncuların daha düşüktür.

Tablo 28: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün toplam skorları açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p	Tukey HSD
Geleneksel spor	Futbol	30	40,13	5,19	3,116	,004*	Basketbol> Dota2
	Basketbol	27	41,77	4,63			
	Voleybol	30	41,60	5,30			
	Hentbol	32	38,40	7,35			
E-spor	LOL	39	37,97	6,98	3,116	,004*	Voleybol> Dota2
	PUBG	34	38,02	5,93			
	CS:GO	35	36,88	6,14			
	DOTA 2	33	36,57	7,76			
	Toplam	260	38,77	6,49			

(*:p<0.05)

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki kadın sporcuların SMDÖ'nün toplam skorları incelendiğinde basketbol, voleybol branşlarıyla ilgilenen kadın sporcular ve DOTA 2 oyunu oynayan kadın oyuncular arasında anlamlı fark bulunmuştur($p<0.05$). DOTA 2 oyuncularının hem futbol hem de voleybol sporcularından daha düşük SMDÖ skoruna sahip olmasından kaynaklanmaktadır.

Tablo 29: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre BEÖ'nün farkında olma alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel spor	Futbol	30	11,66	3,11	1,469	,179
	Basketbol	27	12,14	3,02		
	Voleybol	30	11,93	2,44		
	Hentbol	32	12,15	2,21		
E-spor	LOL	39	12,76	2,41		
	PUBG	34	11,08	2,70		
	CS:GO	35	11,77	2,69		
	DOTA 2	33	12,87	3,82		
	Toplam	260	12,06	2,84		

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki kadın sporcuların BEÖ'nün farkında olma alt boyutu skorları incelendiğinde branşlar arasında herhangi anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 30: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre BEÖ'nün isteklilik alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel spor	Futbol	30	14,76	3,75	,475	,852
	Basketbol	27	15,11	2,83		
	Voleybol	30	15,26	2,55		
	Hentbol	32	15,50	2,35		
E-spor	LOL	39	15,56	3,74		
	PUBG	34	14,32	3,13		
	CS:GO	35	14,94	3,76		
	DOTA 2	33	15,00	4,47		
	Toplam	260	15,06	3,40		

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki kadın sporcuların BEÖ'nün İsteklilik alt boyutu skorları incelendiğimizde branşlar arasında herhangi anlamlı bir farka rastlanmamaktadır ($p>0.05$).

Tablo 31: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre BEÖ'nün öz yeterlilik alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel spor	Futbol	30	21,46	6,06	1,240	,281
	Basketbol	27	22,44	3,55		
	Voleybol	30	22,06	3,72		
	Hentbol	32	22,87	3,44		
E-spor	LOL	39	22,58	2,73		
	PUBG	34	20,26	4,28		
	CS:GO	35	21,31	4,14		
	DOTA 2	33	21,84	6,07		
	Toplam	260	21,85	4,38		

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki kadın sporcuların BEÖ'nün öz yeterlilik alt boyutu skorları incelendiğinde branşlar arasında herhangi anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 32: Geleneksel spordaki ve e-spordaki kadın sporcuların branşlara göre BEÖ'nün toplam skorlar açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel spor	Futbol	30	47,90	12,08	1,162	,365
	Basketbol	27	49,70	8,26		
	Voleybol	30	49,26	7,45		
	Hentbol	32	50,53	6,39		
E-spor	LOL	39	50,92	7,13		
	PUBG	34	45,67	8,66		
	CS:GO	35	48,02	9,12		
	DOTA 2	33	49,72	13,06		
	Toplam	260	48,98	9,27		

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki kadın sporcuların BEÖ'nün toplam skorlarını incelendiğimizde branşlar arasında herhangi anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 33: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün güven alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel spor	Futbol	74	15,31	2,79	1,572	,143
	Basketbol	35	14,71	3,27		
	Voleybol	31	15,48	3,44		
	Hentbol	23	15,17	2,82		
E-spor	LOL	81	15,01	2,79		
	PUBG	33	15,96	3,08		
	CS:GO	35	15,11	2,60		
	DOTA 2	33	13,81	2,61		
Toplam		345	15,08	2,92		

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki erkek sporcuların SMDÖ'nün güven alt boyutu skorlarına bakıldığında herhangi bir anlamlı fark görülmemektedir. ($p>0.05$).

Tablo 34: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün bağlılık alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p	Tukey HSD
Geleneksel spor	Futbol	74	13,37	2,08	3,119	,003*	
	Basketbol	35	12,45	2,94			
	Voleybol	31	13,70	1,96			
	Hentbol	23	12,21	2,15			
E-spor	LOL	81	12,91	2,18			
	PUBG	33	13,54	2,56			PUBG> Dota2
	CS:GO	35	13,20	1,76			
	DOTA 2	33	11,84	1,85			
Toplam	345	12,97	2,25				

(*: $p<0.05$)

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki erkek sporcuların SMDÖ'nün bağlılık alt boyutu skorları incelendiğinde futbol, voleybol branşlarıyla ilgilenen erkek sporcular ve DOTA 2 oyunu oynayan erkek oyuncular arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). DOTA 2 oyuncularının SMDÖ'nün bağlılık alt boyutu

skorlarının futbol ve voleybol branşından daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca erkek oyuncuların PUBG oyunu oynayanlar ve Dota2 oyunu oynayan erkek oyuncular arasında da anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). DOTA 2 oyuncularının SMDÖ'nün alt boyutlarından olan bağıllık skorları PUBG oyuncularının skorlarından daha düşük olmasından kaynaklanmaktadır.

Tablo 35: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün kontrol alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel spor	Futbol	74	12,45	2,75	1,782	,090
	Basketbol	35	11,62	2,87		
	Voleybol	31	13,03	2,98		
	Hentbol	23	10,91	3,05		
E-spor	LOL	81	11,81	2,89		
	PUBG	33	12,54	2,29		
	CS:GO	35	11,82	2,47		
	DOTA 2	33	11,72	2,71		
	Toplam	345	12,04	2,79		

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki erkek sporcuların SMDÖ'nün kontrol alt boyutu skorları incelendiğinde herhangi bir anlamlı farka rastlanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 36: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün toplam skorları açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p	Tukey HSD
Geleneksel spor	Futbol	74	41,14	5,83	3,057	,004*	Futbol> Dota2
	Basketbol	35	38,80	6,55			
	Voleybol	31	42,22	6,31			Voleybol> Dota2
	Hentbol	23	38,30	5,65			
E-spor	LOL	81	39,74	6,19			PUBG> Dota2
	PUBG	33	42,06	6,17			
	CS:GO	35	40,14	4,84			
	DOTA 2	33	37,39	4,41			
Toplam		345	40,11	5,97			

(*:p<0.05)

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki sporcuların SMDÖ'nün toplam skorları incelendiğinde futbol, voleybol branşlarıyla ilgilenen sporcular ve DOTA 2 oyunu oynayan oyuncular arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Oluşan anlamlı fark DOTA 2 oyuncularının SMDÖ'nün toplam skorları futbol, voleybol branşı ile ilgilenen sporcularından daha düşük olmasından kaynaklanmıştır. Ayrıca erkek oyunculardan PUBG oyunu oynayanlar ve Dota2 oyunu oynayan erkek oyuncular arasında da anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Erkek PUBG oyuncuları erkek DOTA 2 oyuncularından daha iyi bir toplam skora sahiptir. Bu farkın ortaya çıkmasını sağlayan tablo 33 deki bağıllık alt boyutu olabilir.

Tablo 37: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre BEÖ'nün farkında olma alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel spor	Futbol	74	11,58	2,29	,996	,434
	Basketbol	35	11,91	3,41		
	Voleybol	31	11,61	2,70		
	Hentbol	23	11,60	3,02		
E-spor	LOL	81	12,28	2,06		
	PUBG	33	12,51	2,32		
	CS:GO	35	12,25	1,96		
	DOTA 2	33	11,69	2,15		
	Toplam	345	11,95	2,43		

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki erkek sporcuların BEÖ'nün farkında olma alt boyutu skorlarına baktığımızda branşlar arasında herhangi anlamlı bir fark yoktur ($p>0.05$).

Tablo 38: Geleneksel spordaki ve e-sportdaki erkek sporcuların branşlara göre BEÖ'nün isteklilik alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel spor	Futbol	74	14,79	2,72	,940	,476
	Basketbol	35	14,28	3,56		
	Voleybol	31	14,19	4,18		
	Hentbol	23	14,86	4,09		
E-spor	LOL	81	15,17	2,56		
	PUBG	33	15,18	1,99		
	CS:GO	35	15,68	2,69		
	DOTA 2	33	15,09	3,19		
	Toplam	345	14,93	3,02		

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki erkek sporcuların BEÖ'nün isteklilik alt boyutu skorlarını incelendiğimizde branşlar arasında herhangi anlamlı bir fark gözlemlenmemiştir. ($p>0.05$).

Tablo 39: Geleneksel spordaki ve e-sportdaki erkek sporcuların branşlara göre BEÖ'nün öz yeterlilik alt boyutu açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel spor	Futbol	74	22,08	3,51	1,23	,285
	Basketbol	35	20,85	5,88		
	Voleybol	31	21,48	5,58		
	Hentbol	23	20,95	5,37		
E-spor	LOL	81	22,53	3,44		
	PUBG	33	22,03	2,75		
	CS:GO	35	22,94	2,77		
	DOTA 2	33	21,42	4,00		
	Toplam	345	21,95	4,09		

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki erkek sporcuların BEÖ'nün öz yeterlilik alt boyutu skorları incelendiğinde branşlar arasında herhangi anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 40: Geleneksel spordaki ve e-spordaki erkek sporcuların branşlara göre BEÖ'nün toplam skorları açısından incelenmesi

		Sayı	Ort.	S.S	F	p
Geleneksel spor	Futbol	74	48,45	6,95	1,18	,310
	Basketbol	35	47,05	11,68		
	Voleybol	31	47,29	11,24		
	Hentbol	23	47,43	11,67		
E-spor	LOL	81	49,98	6,18		
	PUBG	33	49,72	4,64		
	CS:GO	35	50,88	5,62		
	DOTA 2	33	48,21	7,68		
Toplam		345	48,84	8,03		

Çalışmaya katılan farklı branşlardaki erkek sporcuların BEÖ'nün toplam skorlarına baktığımızda branşlar arasında herhangi anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p>0.05$).

5. TARTIŞMA

Bu çalışma e-sporcular ile geleneksel sporcuların spor psikolojisini incelemek ve e-sporcuların spor psikolojisi açısından geleneksel sporcularla arasındaki ilişkiyi gözlemlemek amacıyla yapılmıştır. Çalışmada katılımcıların sporda zihinsel dayanıklılığı ve bilişsel esneklikleri incelenmiştir.

5.1. E-Sporcuların Seçimi

Çalışmamızda e-sporcular profesyonel ve amatör olarak e-sporla ilgilenen kişilerden seçilmiştir.

Literatüre baktığımızda Akın (2008) çalışmasında ülkemizde e-spor oyunlarını birçok kişinin amatör, rekreasyonel ve profesyonel seviyelerde oynadığından bahsetmektedir. Buna göre bu çalışmada e-spor oyuncuları, amatör ve profesyonel düzeyde bu oyunları oynayan kişiler tarafından seçilmiştir. Profesyonel e-spor oyuncusu: Profesyonel olarak büyük turnuvalara katılmış takımını ve ülkesini temsil eden oyunculardır. Amatör e-spor oyuncusu: Amatör turnuvalara katılabilen ayrıca kişisel bilgisayarından boş zaman değerlendirmek için e-spor oyunları oynayan oyunculardır (Argan ve Akından aktaran Akın, 2008). Ayrıca e-spor'lar, bilgisayar veya oyun konsolları aracılığı ile amatör veya profesyonel oyuncuların birbirleri ile rekabet ettikleri sanal bir ortamda oynanmaktadır (Jenny et al., 2017). Buda bize çalışmamızdaki amatör e-sporcu kavramının ne demek olduğunu daha açık bir şekilde göstermektedir. Argan ve ark. (2006) e-sporun fiziksel ve zihinsel olarak özelliklere ihtiyaç duyduğundan bahsetmektedir. Wagner (2006) e-sporun tanımını yaparken insanların zihinsel ve fiziksel yeteneklerini geliştirdiğinden söz etmektedir. Literatürde yer alan bu bilgiler yaptığımız çalışmadaki e-sporcuların, geleneksel sporcular ile zihinsel açıdan kıyaslanmasını mümkün kılmaktadır.

E-sporadaki başarı faktörleri bakımından gerek fiziksel aktivite (çabukluk), gerekse düşünsel yeteneklerin oyunda başarı kriterini belirlediği; bundan da hareketle elektronik sporun satranç gibi düşünsel bir yönü olduğu kadar, geleneksel çabukluk gerektiren spor branşları ile de benzerlik gösterdiğini ifade etmek mümkündür. Buda bize birçok fiziksel özelliğin yanı sıra çabukluk gerektiren geleneksel branşlardan futbol voleybol hentbol ve basketbolun e-sporcularla zihinsel yönden incelenmesi

için bir fırsat tanımaktadır. Çalışmamızda seçilen branşların ve oyunlar bu neden ile seçilmiştir.

E-Sporlar yüksek derecede el-göz koordinasyonu gerektirmektedir. Bunun yanında takımların maçı kazanmaları için karşı takımların stratejilerinden daha iyi bir strateji belirlemek zorundadırlar (Wagner, 2006) bu da çalışmamızda kullandığımız bilişsel esneklik ile e-sporun ilişkisini açıklamaktadır. Çünkü bilişsel esneklik stratejik düşünme ile ilgili kavramları içermektedir (Mustafaoğlu, 2017).

Video/bilgisayar oyunları ve bedensel oyunların her ikisi de bireysel ve çoklu olarak oynanmaktadır. Video oyunlar zihinsel çaba gerektirirken bedensel oyunlar fiziksel ve zihinsel çaba gerektirir. Gelişen video/bilgisayar oyunları insanlara gerçek hayatta yapamayacakları birçok olanağı fantastik bir ortamda veya kişinin kişisel zevkleri dâhilinde sunmaktadır. Her iki oyununda yaratıcılığı geliştirmesi ortak yönlerinin bir göstergesi olarak karşımıza çıkmaktadır. E-sporcularda yaratıcılığın önemini anlatmaktadır (Mustafaoğlu, 2017). Karşılaşmalar strateji, taktik, takım motivasyonu gibi beceri isteyen yönler içermektedir (Mustafaoğlu, 2017). Mustafaoğlu (2017) nin bahsettiği açıklamalar çalışmamızda kullandığımız Bilişsel Esneklik Ölçeği'nin isteklilik alt boyutuna hitap etmektedir.

Mustafaoğlu (2017) e-sporcular ile geleneksel sporcuların kişi sayısı gibi belirli kuralların olması, rekabetçi olması, belirli bir strateji taktik, takım motivasyonu içermesi, gönüllü ve içgüdüsel motivasyona bağlı olması gibi ortak yönleri olduğundan bahsetmektedir. Buda çalışmamızda e-sporcular ile geleneksel sporcularının karşılaştırılmasını mümkün kılmaktadır. Ayrıca Mustafaoğlu (2017) deki çalışmasında geleneksel spor ve e-sporun karşılaştırmasını yaparken voleybol basketbol branşları ile LOL DOTA 2 CS:GO gibi oyunların turnuva ve lig boyutlarından bahsetmektedir. Çalışmamızda seçilen branşların ve oyunların rekabet ve popülerlik açısından doğru seçimler yapıldığını göstermektedir. Zaman değişir ve spor onunla değişir. (Guttman, 2007)

Coakley (1980) Oyunların rekabetçi, kişilerarası ilişkiyi yönetme becerilerine dayanan etkinlikler olduğundan, bahsetmektedir. Suits (2007) sporun esasının oyun olduğunu belirtmiş ve oyunlar spor arasında çok küçük farklar olduğundan bahsetmiştir oyunun spor olması için ise oyunun beceri gerektirmesinden, becerinin

fiziksel beceri olmasından, büyük kitlelerle takip edilmesinden, takipçilerinin sürekli olarak takip ettiğiinden bahsetmiştir. E-spor organizasyonlarına ve oyunlarına baktığımızda bu kriterlerin tamamına yakını karşıladığını görmekteyiz.

5.2.Zihinsel Dayanıklılık

Zihinsel dayanıklılık sporun istedikleriyle rakipten daha iyi bir şekilde başa çıkmamızı sağlayan baskı altındayken kararlı, odaklanmış, kendine güvenen ve kontrol altında kalmayı başaran daha tutarlı ve iyi durumda olmanızı sağlayan doğal ya da geliştirilmiş sınıra sahip olmaktır (Jones, 2002).

5.2.1. Geleneksel Sporcular İle E-Sporcuların Zihinsel Dayanıklılıklarının İncelenmesi

Çalışmamızda geleneksel sporcuların e-sporculara göre daha yüksek zihinsel dayanıklılığa sahip olduğu tespit edilmiştir (Tablo 16). Yarayan (2018) bireysel sporcular ve takım sporları ile uğraşan sporcuların mental dayanıklılıkları üzerine yaptığı çalışmada bireysel sporcularının takım sporcularına göre daha iyi bir zihinsel dayanıklılığa sahip olduklarını bulmuştur.

Çalışmamızda e-sporcuların ve geleneksel sporcularının yaş ortalamaları birbirlerine çok yakındır (Tablo 5). Ancak spor yaşına baktığımızda geleneksel sporcuların spor yaş ortalamasının e-sporculara göre daha yüksek olduğunu görebiliriz (Tablo 9). Geleneksel sporcuların lehine ortaya çıkan anlamlı fark spor yapma yaşı ve e-sporde kadın sporcuların e-spor oyunlarını rekreatif olarak keyif almak amacıyla oynamalarının oluşturduğu düşünülebilir.

5.2.2. Sporda Zihinsel Dayanıklılık Ölçeğinin Cinsiyetlere Göre İncelenmesi

Çalışmamızda hiçbir branş göz önüne alınmadan katılımcıların cinsiyet farklılıklarına baktığımızda erkek sporcular ile kadın sporcular arasında anlamlı fark bulunmuştur (Tablo 11). Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği güven alt boyutu, ve toplam skorlarında erkek sporcuların skor değerleri daha yüksek çıkmıştır. Ayrıca kontrol alt boyutu skoru $p=0,050$ olarak bulunmuştur. Ortaya çıkan anlamlı farkın Tablo 10 'daki erkek sporcuların spor yaşı ortalamalarının kadın sporculara göre daha yüksek olmasına bağlayabiliriz. Ayrıca Tablo 4 de erkek sporcuların kadın

sporculara göre branşlarına günde daha fazla süre harcadıkları görülmektedir. Yarayan (2018) çalışmasında erkek sporcuların kadın sporculara göre daha iyi bir zihinsel dayanıklılığa sahip olduğunu bulmuştur. Masum (2014) tenis sporcuları üzerinde yaptığı çalışmada erkek sporcuların kadın sporculara göre daha yüksek bir zihinsel dayanıklılığa sahip olduğunu ortaya koydu. Nicholls ve ark. (2009) zihinsel dayanıklılık üzerine yaptıkları çalışmada zihinsel dayanıklılığı cinsiyet açısından incelemiş ve zihinsel dayanıklılık ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Spor türüne özgü cinsiyet ayrımına baktığımızda ise geleneksel sporda kadın ve geleneksel sporda erkek sporcular arasında anlamlı bir fark bulunamazken erkek e-sporcuların kadın e-sporculara göre Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği'nin tüm alt boyutları ve toplam skorunda erkek e-sporcuların lehine anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). Ortaya çıkan bu anlamlı fark erkek e-sporcuların kadın e-sporculara göre e-spor oyunlarına daha profesyonel yaklaşımları söylenebilir.

Çalışmamızdaki kadın geleneksel sporcular ile kadın e-sporcuların karşılaştırılması yapıldığında, kadın geleneksel sporcuların kadın e-sporculara göre SMDÖ'nün bağıllık kontrol ve toplam skorlarında daha yüksek puana sahip olduğu ve aralarında anlamlı bir fark olduğu gözlemlenmiştir (Tablo 14) ($p<0.05$). Bu durum geleneksel sporcular ve e-sporcular arasındaki farkın bayan geleneksel sporcular ve bayan e-sporculardan kaynaklandığını göstermektedir. Çünkü erkek geleneksel sporcular ile erkek e-sporlar arasında yapılan analizlerde anlamlı bir farka rastlanmamaktadır (Tablo 15) ($p>0.05$). Kadın geleneksel sporcuların kadın e-sporculara göre daha iyi bir zihinsel dayanıklılığa sahip olmasının nedeni bu çalışmada Tablo 9'a baktığımızda kadın geleneksel sporcuların spor yaşı ortalama 9,50 iken kadın e-sporcuların spor yaşı ortalama 3,20 dir. Ortaya çıkan anlamlı farkın nedenlerinden birinin spor yaşı olduğu düşünülmektedir. Erkek geleneksel sporcular ve erkek e-sporcular arasında anlamlı fark bulunamamasının sebebi erkek e-sporcuların kadın e-sporculara göre kendi branşları dışındaki farklı e-spor oyunlarını çocukluk döneminden beri oynamaları olarak görülebilir.

5.2.3. Sporda Zihinsel Dayanıklılık Ölçeğinin Katılımcıların Yaşına Göre İncelenmesi

Çalışmamızda e-sporcular ile geleneksel sporcuların yaş ortalamalarına baktığımızda e-sporcuların ortalamalarının geleneksel sporculardan daha yüksek olduğunu görmekteyiz (Tablo 5). Ayrıca Tablo 6 ya baktığımızda erkek sporcular ile kadın sporcuların yaş ortalamalarının birbirlerine çok yakın olduğunu görmekteyiz. Yarayan (2018) yaptığı çalışmada yaş aralıklarına göre katılımcıların arasında zihinsel dayanıklılık açısından anlamlı farklar elde etmiştir. Katılımcıların yaşı arttıkça zihinsel dayanıklılıklarının da arttığını belirtmiştir. Nicholls ve ark. (2009) zihinsel dayanıklılık üzerine yaptıkları çalışmada zihinsel dayanıklılığı başarı seviyesi, yaş açısından incelemiş ve zihinsel dayanıklılık ile yaş arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Yardımcı (2017) Amerikan futbolcuları üzerine yaptığı çalışmada katılımcıların yaş ortalamaları arttıkça Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği skorlarının da arttığını söylemektedir.

Çalışmamızdaki kadın geleneksel sporcular ile kadın e-sporcuların karşılaştırılması yapıldığında, kadın geleneksel sporcuların kadın e-sporculara göre SMDÖ'nün bağlılık kontrol ve toplam skorlarında daha yüksek puana sahip olduğu ve aralarında anlamlı bir fark olduğu gözlemlenmiştir (Tablo 14) ($p < 0.05$). Bu durum geleneksel sporcular ve e-sporcular arasındaki farkın bayan geleneksel sporcular ve bayan e-sporculardan kaynaklandığını göstermektedir. Çünkü erkek geleneksel sporcular ile erkek e-sporlar arasında yapılan analizlerde anlamlı bir farka rastlanmamaktadır (Tablo 15) ($p > 0.05$). Kadın geleneksel sporcuların kadın e-sporculara göre daha iyi bir zihinsel dayanıklılığa sahip olmasının nedeni bu çalışmada Tablo 9'a baktığımızda kadın geleneksel sporcuların spor yaşı ortalama 9,50 iken kadın e-sporcuların spor yaşı ortalama 3,20 dir. Ortaya çıkan anlamlı farkın nedenlerinden birinin spor yaşı olduğu düşünülmektedir. Erkek geleneksel sporcular ve erkek e-sporcular arasında anlamlı fark bulunamamasının sebebi erkek e-sporcuların kadın e-sporculara göre kendi branşları dışındaki farklı e-spor oyunlarını çocukluk döneminden beri oynamaları olarak görülebilir.

5.2.4. Sporda Zihinsel Dayanıklılık Ölçeğinin Katılımcıların Spor Yapma Yaşına Göre İncelenmesi

Geleneksel sporcular ile e-sporcularının spor yapma süreleri incelendiğinde (Tablo 9) geleneksel sporcuların daha uzun yıllar kendi branşlarıyla ilgilendiği gözükmemektedir (GS=10,04 yıl, ES=4,08 yıl). Geleneksel sporcuların lehine sonuçlanan bu anlamlı farkın spor yapma yılı ile alakalı olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca geleneksel sporcular ile e-sporcuların kendi branşlarına günde kaç saat ayırdıklarını incelediğimizde (Tablo 3) e-sporcuların geleneksel sporculara göre branşlarına günde daha fazla zaman ayırdıkları gözükmemektedir (GS=2,39 saat, ES=3,48 saat). Bu durum sporcuların günde kaç saat o sporlara ilgilendiklerinden çok kaç yıldır spor yaptıklarının daha önemli olabileceğini göstermektedir. Ayrıca çalışmamızda erkek sporcular ile kadın sporcular arasında ortaya çıkan anlamlı farkın nedeni de spor yapma yaşı olarak görülebilir. Tablo 10 incelendiğinde erkek sporcuların kadın sporculara göre daha fazla spor yapma yaşına sahip oldukları görülmektedir. Yarayan (2018) bireysel sporcular ve takım sporları ile uğraşan sporcuların zihinsel dayanıklılıkları üzerine yaptığı çalışmada, sporcuların zihinsel dayanıklılığı ile spor yapma yaşı arasında anlamlı bir fark bulmuştur. Nicholls ve ark. (2009) zihinsel dayanıklılık üzerine yaptıkları çalışmada zihinsel dayanıklılığı başarı seviyesi ile spor yapma yaşı arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Connaughton ve diğ. (2008) ve Nicholls ve ark (2011) çalışmalarında spor yaşının zihinsel dayanıklılığı etkilediğinden bahsetmektedirler. Ayrıca Nicholls ve ark. (2011) tecrübeli bir sporcunun zihinsel dayanıklılığının yüksek seviyelerde olacağını vurgulamıştır.

5.2.5. Zihinsel Dayanıklılık Becerisinin Katılımcılar Arasındaki Tüm Branş ve Oyunlara Göre İncelenmesi

Çalışmamızda tablo 18 ve tablo 20’de farklı branşlardan çalışmaya katılan sporcuların SMDÖ’nün alt boyutlarından olan bağlılık ve SMDÖ’nün toplam skoru incelendiğinde voleybol ve futbol branşları ile DOTA 2 oyunu arasında anlamlı bir fark gözlemlenmiştir ($p<0.05$). Ortaya çıkan bu anlamlı fark DOTA 2 oyuncularının SMDÖ’nün alt boyutu olan bağlılık ve SMDÖ’nün toplam skorları voleybol ve futbol oyuncularının skorlarından daha düşük olmasından dolayı meydana gelmiştir.

Bu farkın sebebi olarak Tablo 10dan anlaşılacağı gibi spor yapma yaşının DOTA 2 (5,38) branşındaki kadın ve erkek oyuncularının voleybol (9,77) ve futbol (9,36) branşlarındaki kadın ve erkek sporculardan daha düşük olduğu gösterilebilir. Ayrıca çalışmamızda SMDÖ'nün kontrol alt boyutu skorlarını farklı branşlar arasında incelediğimizde (tablo 19) DOTA 2 sporcularının skorlarının voleybol sporcularından daha düşük olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Ortaya çıkan bu farkın sebebi Tablo 10'daki DOTA 2 ve voleybol oyuncularının spor yapma yaşı ile alakalı olduğu düşünülmektedir. Çalışmamızda kadın sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün bağıllık alt boyutu incelendiğinde (tablo 26), futbol, basketbol, voleybol branşı ile CS:GO branşı arasında anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır ($p<0.05$). Ortaya çıkan bu fark CS:GO oyuncularının SMDÖ'nün bağıllık alt boyutu skorlarının futbol, basketbol ve voleybol oyuncularından daha düşük bir skora sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Bu farkın ortaya çıkmasının sebebi Tablo 10 daki sporcuların spor yapma yaşına baktığımızda futbol, basketbol ve voleybol sporcularının CS:GO oyuncularına göre daha yüksek olması olarak görülebilir.

Çalışmamızda kadın sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün kontrol alt boyutu ve toplam skorları incelendiğinde (Tablo 27,28), basketbol ve voleybol branşı ile DOTA 2 branşı arasında anlamlı bir fark gözlemlenmiştir ($p<0.05$). DOTA 2 oyuncularının SMDÖ'nün kontrol alt boyutu ve toplam skorlarının basketbol ve voleybol oyuncularından daha düşük bir skora sahip olması bu farkı yaratmıştır. Bu farkın ortaya çıkmasının sebebi tablo 10'daki sporcuların spor yapma yaşına baktığımızda basketbol ve voleybol sporcularının DOTA 2 oyuncularına göre daha yüksek olması olarak görülebilir. Ortaya çıkan anlamlı farkın bir diğer sebebi ise kadın geleneksel sporcular kendi branşlarına daha rekabetçi ve daha profesyonel bakarken, kadın e-sporcular kendi oyunlarına güzel zaman geçirme ve keyfi yaklaşıyor olması olarak düşünülebilir.

Çalışmamızda erkek sporcuların branşlara göre SMDÖ'nün bağıllık alt boyutu ve toplam skorları incelendiğimizde (Tablo 34,36) DOTA 2 oyuncuları ile futbol, voleybol ve PUBG oyuncularını arasında anlamlı bir fark gözlemlenmektedir ($p<0.05$). DOTA 2 oyuncularının skorlarının futbol ve voleybol oyuncularından düşük olmasının sebebi Tablo 10'daki spor yapma yaşı ile alakalı olduğu düşünülürken (futbol: 11,15, voleybol: 8,55), DOTA 2 oyuncularının PUBG

oyuncularına göre daha düşük skorlara sahip olmasının sebebi oyun türleri olarak düşünülmektedir. DOTA 2 oyunu Multiplayer Online Battle Arena (MOBA) oyun türüdür. MOBA oyunları sonuca ulaşmadan önce savaşmayı gerektiren dolayısıyla bir savaş taktiğine ihtiyaç duyan son derece dinamik bir oyun türüdür (Yang ve ark., 2014). PUBG ise oynanış olarak FPS içeren Battle royale (BR) oyun türüdür. Battle Royale oyunları belirsiz bir şekilde kaçınılmaza yaklaşıl原因 alanı kısıtlandıkça oyun alanının içinde hayatta kalınması gerekmektedir ve oyuncuları oyunun sonuna kadar gergin tutan oyun tarzıdır (Ahn, 2017).

5.3.Bilişsel esneklik

Elen ve ark (2011) Bilişsel esneklik bir problemin nasıl çözüleceğini veya çeşitli alanlarda bir hedefi, görevi yerine getirmeye karar verirken içeriğe özgü çeşitli bilgi unsurlarını göz önünde bulundurma ve bir bağlamda bir problem çözme veya görevini yürütmeyi bir uyarılma eğilimi olarak tanımlamışlardır. Bilişsel esneklik düzeyinin yüksek seviyelerde olması sürekli değişen istikrarsız koşullarda bireyin verimliliğini artırması ve stres ile daha iyi başa çıkmasını sağlar (Burke ve ark, 2006).

Buğa ve ark (2018) üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklik düzeylerine göre sosyal problem çözme durumlarını incelediği çalışmasında bilişsel esnekliği yüksek olan bireylerin problemlere karşı daha rasyonel yaklaşabildiklerini ve sporda sürekli karşımıza çıkan stres kaygı öfke gibi unsurların oluşmasına izin vermediklerinden söz etmiştir ve problem çözme becerilerinin yüksek olduğunu göstermiştir. Bilişsel esneklik kavramının sporda önemli bir yer edindiği düşüncesine varılabilir ve çalışmamızda bilişsel esnekliğin her iki spor türünde incelenmesine olanak sağlamaktadır.

5.3.1. Geleneksel sporcular ile e-sporcuların bilişsel esnekliklerinin incelenmesi

Dışarıya bağlı durumlarda oyuncular sıkıştığında yapmasını beklediği kararları uygularken algısal ve bilişsel kararlar çok önemlidir (Williams, 2009). Her iki spor türünde de kısa sürelerde bilişsel kararlar alınması anlamlı bir fark olmamasını açıklayabilir. Bilişsel esneklik dikkat odağını arttırmak, durumlara farklı açılardan bakabilmek durumlara karşı yeni yorumlar ve uygulamalar bulmaktır

(Araya-Vargas ve ark., 2009). Her iki spor türü de branşa özgü olarak bilişsel esnekliğin gerektirdiklerine ihtiyaç duymaktadır.

Bu çalışmada, geleneksel sporcular ile e-sporcular arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Tablo 16). Aslan (2018) takım sporcuları ile bireysel sporcuların bilişsel esnekliğini incelediği çalışmasında takım sporcularının bireysel sporculara göre daha iyi bir bilişsel esnekliği sahip olduğunu bulmuştur. Bunun nedeni olarak takım sporlarının bireysel sporlara göre daha çok beklenmeyen durumlarla karşı karşıya kaldıklarını aktarmıştır. Bu çalışmada her iki spor türündeki branşlar takım sporlarından seçilmiştir. Ayrıca kadın ve erkek sporcular arasında bilişsel esneklik olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Gualtieri (2009) yılında aerobik egzersiz ve bilişsel esnekliğin ilişkisini incelediği çalışmasında aerobik egzersiz yapma sıklığının bilişsel esnekliğin yürütülmesinde bir ölçüt olduğunu göstermiştir. Masley ve Roetzheim (2009) bilişsel esneklik sonuçlarına laboratuvar ortamında baktığı çalışmasında yaşları 18 ile 70 yaş arasında sağlıklı bireylerin bilişsel esneklerini aerobik egzersiz ile arttırabildiğini ortaya koymuştur bilişsel esnekliklerini ölçmek için PhysOlogic yazılımı ile Bruce Protokolü kullanılmıştır. Bu çalışmada, karşılaştırmalarımızda aktif olarak sporculuk yaşamına devam eden ve e-sporculara göre daha fazla aerobik performans gösteren hatta aerobik eşiklerin üzerine çıkan geleneksel sporcuların Bilişsel Esneklik Ölçeği'ndeki puanları e-sporculardan daha yüksek değerlidir. Her iki spor türü arasında bilişsel esnekliğin alt boyutları ve toplam skorlarına bakıldığında anlamlı bir farka rastlanılmamıştır (Tablo 16) ($p>0.05$).

5.3.2. Bilişsel Esnekliğin Cinsiyet Açısından İncelenmesi

Geleneksel sporcular ile e-sporcuların bilişsel esnekliklerini incelediğimiz çalışmada sporcuların hiçbir branş fark etmeksizin cinsiyetleri ile bilişsel esneklikleri arasında herhangi anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Aslan (2018) takım sporcuları ile bireysel sporcularının bilişsel esnekliklerini incelediği çalışmasında cinsiyetler arasında herhangi anlamlı bir farka rastlamamıştır.

5.3.3. Bilişsel Esnekliğin Cinsiyet ve Branş Açısından İncelenmesi

Erkek geleneksel sporcular ile erkek e-sporcular arasında erkek e-sporcular lehine bilişsel esnekliğin farkında olma, isteklilik ve toplam skorlarında anlamlı bir

fark bulunmuştur ($p<0.05$) (Tablo 15). Bunun nedeni olarak Her iki spor türü arasındaki farktan kaynaklandığı düşünülebilir. Özellikle erkek e-sporcuların kendi branşları dışında farklı e-spor oyunlarını çocukluk döneminin başlangıcından itibaren oynaması ve çocukluk döneminin başından itibaren dijital bir dünyada geçen oyunlarda çok fazla beklenmeyen durumlarla karşılaşması geleneksel sporcuların ise çocukluk döneminden itibaren çok az sayıda spor branşı üzerinde durarak e-sporculara göre bilişsel işlevlerini daha az kullanması olarak düşünülebilir. Kadın e-sporcuların kadın geleneksel sporculara göre daha iyi bir bilişsel esnekliğe sahip olmamasının nedeni kadın e-sporcularda profesyonellik ve rekabet anlayışının erkek e-sporculara göre az olması ve kadın e-sporcuların oyunları güzel zaman geçirmek amacıyla oynadıkları düşünülebilir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Verilerin analizi ile araştırmamızın hipotezlerini incelediğimizde araştırmamızın hipotezlerinden “Geleneksel spor ile uğraşan takım sporcularının zihinsel dayanıklılık becerileri e-spor ile uğraşan takım sporcularınkinden daha iyidir.” Hipotezi Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği’nin bağlılık, kontrol ve toplam skorlarında anlamlı fark bulunmasıyla doğrulanmıştır ($p<0.05$). Ortaya çıkan bu anlamlı farkın nedeni e-sporcuların spor yaşının düşük olmasına bağlanabilir. Ayrıca yine araştırmamızın hipotezlerinden “E-spor ile uğraşan takım sporcularının zihinsel dayanıklılık becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir.” Hipotezi Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği’nin güven, bağlılık, kontrol ve toplam skorlarında anlamlı farka rastlanmasıyla doğrulanmıştır ($p<0.05$). Ancak çalışmamızdaki diğer hipotezler, verilerin analiz sonuçlarına bakıldığında doğrulanamamıştır;

- E-spor ile uğraşan takım sporcularının bilişsel esneklik becerileri geleneksel spor ile uğraşan takım sporcularınkinden daha iyidir ($p>0.05$).
- Geleneksel spor ile uğraşan takım sporcularının zihinsel dayanıklılık becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir ($p>0.05$).
- Geleneksel spor ile uğraşan takım sporcularının bilişsel esneklik becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir ($p>0.05$).
- E-spor ile uğraşan takım sporcularının bilişsel esneklik becerileri cinsiyete göre farklılık gösterir ($p>0.05$).

Bu çalışmanın doğrultusunda yapılacak olan çalışmalara öneriler;

- Ülkemizde önümüzdeki yıllarda e-spor türünün gelişmesiyle daha fazla profesyonel e-sporcuya ulaşılmasının daha sağlıklı sonuçlar çıkarabileceği düşünülmektedir.
- Seçilecek e-spor oyunlarının spor yaşı ile ilişkili şekilde seçilmesi daha faydalı olacaktır.
- Ülkemizdeki profesyonel kadın e-sporcuların artmasıyla daha sağlıklı sonuçlar alınabileceği düşünülmektedir.
- Spor bilimlerinde bilişsel esneklik ile ilgili yapılan çalışmalar çok sınırlıdır. Spor ile bilişsel esneklik arasındaki ilişkiyi inceleyen daha fazla çalışma yapılması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Abernethy B., Baker J., Côté J. (2005). Transfer of pattern recall skills may contribute to the development of sport expertise. *Appl. Cogn. Psychol.* 19 705–718.

Ahn, J. K. (2017). A study on game dynamics of battle royale genre. *Journal of Korea Game Society*, 17(5), 27-38.

Aker S, Dündar C, Pekşen Y. (2005) Ölçme araçlarında iki yaşamsal kavram: geçerlik ve güvenilirlik. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Dergisi*, 22 (1), 50-60.

Akın, E. (2008). *Elektronik spor: Türkiye'deki elektronik sporcular üzerine bir araştırma*. Anadolu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir.

Altunkol, F. (2011). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklikleri ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Aracı, H. (2005). *Futbol / genç sporcu eğitimi ve kültürü*. Ankara: Nobel Yayın.

Araya-Vargas, G. A., Gapper-Morrow, S., Moncada-Jimenez, J., & Buckworth, J. (2009). Translation and cross-cultural validation of the Spanish version of the Mindful Awareness Attention Scale (MAAS): An exploratory analysis and potential applications to exercise psychology, sport and health. *International Journal of Applied Sports Sciences*, 21(1), 94-114.

Argan, M., & Akın, E. (2007). *Elektronik spor; özellikleri, kavram ve uygulamalarına yönelik kuramsal çerçeve*. Akdeniz 4. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 9-11 Kasım 2007, Antalya.

Argan, M., Alper, Ö. Z. E. R., & Erkan, A. K. I. N. (2006). Elektronik spor: türkiye'deki siber sporcuların tutum ve davranışları. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 1(2), 1-11.

Aslan, Ş. (2018). Examination of cognitive flexibility levels of young individual and team sport athletes. *Journal of Education and Training Studies*, 6(8), 149-154.

Bayraktar, C. (2003). Sosyal yapı özelliklerinin spora etkisi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1, 19-36.

Blanchard, K. (1995). *The anthropology of sport: An introduction*. ABC-CLIO.

Bronikowska, M., & Groll, M. (2005). Definition, classification, preservation and dissemination of traditional sports & games in Europe. TAFİSA Recall.

Buğa, A., Özkamalı, E., Altunkol, F., & ÇEKİÇ, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklik düzeylerine göre sosyal problem çözme tarzlarının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(1), 48-58.

Bull, S. J., Shambrook, C. J., James, W., & Brooks, J. E. (2005). Towards an understanding of mental toughness in elite English cricketers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(3), 209-227.

Burke, C.S., Pierce, L. G., & Salas, E. (2006). *Understanding adaptability: A prerequisite for effective performance within complex environments*. Emerald Group Publishing Limited. 49-53.

Clough, P., & Strycharczyk, D. (2012). *Developing mental toughness: improving performance, wellbeing and positive behaviour in others*. Kogan Page Publishers.

Coakley, J. J. (1980). Play, games, and sport: Developmental implications for young people. *Journal of sport Behavior*, 3(3), 99.

Connaughton, D., Wadey, R., Hanton, S., & Jones, G. (2008). The development and maintenance of mental toughness: Perceptions of elite performers. *Journal of Sports Sciences*, 26(1), 83-95.

Çağlayan, H. S. (2003). Futbol seyircisinin sosyo-ekonomik-kültürel yapısının şiddet eğilimindeki rolü (Konyaspor örneği). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7 (3), 15-26.

Çeliksoy, M. A. (1996). *Hentbolde teori ve uygulama*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

Deen, G., Hammer, M., Bethencourt, J., Eiron, I., Thomas, J., & Kaufman, J. H. (2006). Running Quake II on a grid. *IBM Systems Journal*, 45(1), 21-44.

Demirci, N. (1995). *A'dan Z'ye spor*. Ankara: Neyir Yayıncılık ve Matbaacılık.

Demirci, U. (1999). *Geleneksel sporumuz yağlı güreş temel teknik oyunları ile Türkiye'deki serbest güreş temel teknik oyunların karşılaştırılması*. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Sakarya.

Desagita, F. (2018). *Fenomena Gameplayerunknown's Battlegrounds di kalangan mahasiswa bandung (doctoral dissertation, perpustakaan)*. Pasundan University, Indonesia.

Drachen, A., Yancey, M., Maguire, J., Chu, D., Wang, I. Y., Mahlmann, T., ... & Klabajan, D. (2014). Skill-based differences in spatio-temporal team behaviour in defence of the ancients 2 (dota 2). In *2014 IEEE Games Media Entertainment*, pp. 1-8.

Dryden, W. (2018). *Flexibility-based cognitive behaviour therapy: insights from 40 years of practice*. London: Routledge.

Elen, J., Stahl, E., Bromme, R., & Clarebout, G. (2011). Links between beliefs and cognitive flexibility: lessons learned. *Springer Science & Business Media*, 2-4.

Eralp, F., & Çotuk, M. Y. (2005). *Voleybolda temel beceriler*. İstanbul: Morpa Kültür yayınları.

Erdoğan, N (2016). Field: sport psychology type. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(2), 652-664.

Esq, S,C., Smith. J, (2017). Esports betting the past and future. *SCCG Management*,1-40.

Fröhner, B., & Cengiz, A. (1999). *Voleybol oyun kuramı ve alıştırmaları*. Ankara: Bağırgan Yayınevi.

Gao, G., Min, A., & Shih, P. C. (2017). *Gendered design bias: Gender differences of in-game character choice and playing style in league of legends*. In Proceedings of the 29th Australian Conference on Computer-Human Interaction (pp. 307-317).

Golby, J., Sheard, M., & Lavalley, D. (2003). A cognitive-behavioural analysis of mental toughness in national rugby league football teams. *Perceptual and Motor Skills*, 96, 455-462.

Gualtieri, T. (2009). Aerobic exercise enhances cognitive flexibility. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 16(2), 186-193.

Gucciardi, D. F., Gordon, S., & Dimmock, J. A. (2008). Towards an understanding of mental toughness in Australian football. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20(3), 261-281.

Guttman, A. (2007). *Sports: The first five millennia*. USA: Univ of Massachusetts Press.

Hamari, J., & Sjöblom, M. (2017). What is eSports and why do people watch it?. *Internet Research*, 27(2), 211-232.

Horzum, M. B., Ayas, T., & Balta, Ö. Ç. (2016). Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 76-88.

İnal, A.N. (1998). *Beden eğitimi ve spor bilimine giriş*. Konya: Selçuk Üniversitesi Basımevi.

Jenny, S. E., Manning, R. D., Keiper, M. C., & Olrich, T. W. (2017). Virtual (ly) athletes: where eSports fit within the definition of "Sport". *Quest*, 69(1), 1-18.

Jin, D. Y. (2010). *Korea's online gaming empire*. The MIT Press.

Jones, G. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of applied sport psychology*, 14(3), 205-218. 209-215.

Jones, J. G., & Moorhouse, A. (2008). *Developing mental toughness: Gold medal strategies for transforming your business performance*. Oxford: Spring Hill, 34-37.

Karahüseyinoğlu, M. F. (2007). *Küreselleşme ve geleneksel Türk sporları*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Karahüseyinoğlu, M. F. (2008). Geleneksel Türk sporlarındaki modern spor yansımaları. *Sport Sciences*, 3(3), 130-137.

Karakus, E. C. (2015). *Comparing traditional sports and electronic sports*. University of Illinois. Doctoral dissertation.

Kardeş, G.A. (2016). *Davranış-mekân uyumu: bilişsel esneklik düzeyleri farklı öğrencilere göre, okul ortamında olanaklılıkların (affordances) incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim dalı, Ankara.

Lee, D., & Schoenstedt, L. J. (2011). Comparison of eSports and traditional sports consumption motives. *ICHPER-SD Journal Of Research*, 6(2), 39-44.

Levine, Y. (2018). *Surveillance valley: The secret military history of the Internet*. PublicAffairs.

Makarov, I., Savostyanov, D., Litvyakov, B., & Ignatov, D. I. (2017). *Predicting winning team and probabilistic ratings in "Dota 2" and "Counter-Strike: Global Offensive" video games*. In International Conference on Analysis of Images, Social Networks and Texts (pp. 183-196). Springer, Cham.

Martin, M. M., & Anderson, C. M. (1998). The cognitive flexibility scale: Three validity studies. *Communication Reports*, 11(1), 1-9.

Martin, M. M., & Rubin, R. B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological reports*, 76(2), 623-626.

Masley, S., Roetzheim, R., & Gualtieri, T. (2009). Aerobic exercise enhances cognitive flexibility. *Journal of clinical psychology in medical settings*, 16(2), 186-193.

Masum, R. (2014). A mixed method analysis of mental toughness in elite and sub-elite male and female tennis players in Pakistan. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 1(6), 110-122.

Memmert, D., & Roth, K. (2007). The effects of non-specific and specific concepts on tactical creativity in team ball sports. *Journal of Sports Sciences*, 25(12), 1423-1432.

Memmert, D., Baker, J., & Bertsch, C. (2010). Play and practice in the development of sport-specific creativity in team ball sports. *High ability studies*, 21(1), 3-18.

Møller, V., & Dimeo, P. (2014). Anti-doping—the end of sport. *International journal of sport policy and politics*, 6(2), 259-272.

Mustafaoğlu, R., & Derleme, Ö. (2017). E-spor, spor ve fiziksel aktivite. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 84-96.

Newland, A., Newton, M., Finch, L., Harbke, C. R., & Podlog, L. (2013). Moderating variables in the relationship between mental toughness and performance in basketball. *Journal of sport and health science*, 2(3), 184-192.

Nicholls, A. R., Levy, A. R., Polman, R. C., & Crust, L. (2011). Mental toughness, coping self-efficacy, and coping effectiveness among athletes. *International Journal of Sport Psychology*.

Nicholls, A. R., Polman, R. C., Levy, A. R., & Backhouse, S. H. (2009). Mental toughness in sport: Achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and Individual Differences*, 47(1), 73-75.

Olshefski, E. (2015). Game-changing event definition and detection in an esports corpus. In *Proceedings of the The 3rd Workshop on EVENTS: Definition, Detection, Coreference, and Representation* (pp. 77-81).

Ongan, T. H., & Demiröz, D. M. (2010). *Akademik futbol: futbolda rekabet başarı ilişkisi* (Vol. 14). Hiperlink eğit. ilet. Yay, İstanbul

Öz, H. (2018). *Türkiye kadın basketbol süper liginde oynayan basketbolcuların 8 haftalık bireysel kuvvet ve kondisyon programı sonrası antropometrik ve motorik gelişimlerinin değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Özmen, H. (2000). *Futbol, hooliganizm ve medya*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Pazarözyurt, İ., & Gonca, İ. (2009). Elit bayan basketbolcularda antropometrik özellikler, dikey sıçrama ve omurga esnekliğinin mevkilere göre incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 9-18.

Pehlivan, H. (2014). *Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği Uyarlama: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması*. Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa

Pobiedina, N., Neidhardt, J., Calatrava Moreno, M. D. C., & Werthner, H. (2013). Ranking factors of team success. In *Proceedings of the 22nd International Conference on World Wide Web* (pp. 1185-1194). ACM.

Ragab, M. (2015). The effects of mental toughness training on athletic coping skills and shooting effectiveness for national handball players. *Science, Movement and Health*, 15(2), 431-435.

Sevim, Y. (1991). *Basketbol taktik- teknik- antrenman*. Ankara: Gazi Büro kitabevi, 1.baskı, 7-8.

Sevim, Y. (1992). *Hentbol (teknik- taktik)*. Ankara: Gazi yayın evi, 1-9.

Sevim, Y. (1992). *Hentbol- teknik taktik*. Ankara: Nobel basım evi, 4.baskı, 1-16.

Sheard, M., Golby, J., & Van Wersch, A. (2009). Progress toward construct validation of the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). *European Journal of Psychological Assessment*, 25(3), 186-193.

Sorensen, S., Jarden, A., & Schofield, G. (2016). Lay perceptions of mental toughness: Understanding conceptual similarities and differences between lay and sporting contexts. *International Journal of Wellbeing*, 6(3).

Stemmler, T. (2000). *Futbolun kısa tarihi*, Çev. Necati Ago, Ankara: Dost Kitabevi Yayınları.

Suits, B. (2007). *The elements of sport*. Ethics in sport, 2, 9-19.

Şahin N. (1994). Psikoloji araştırmalarında ölçek kullanımı. *Türk Psikoloji Dergisi*, (33), 19-26.

Tiryaki, S. E. (1999). Yeni başlayanlar için voleybol öğretimi. *Ankara: Bağırğan Yayımevi*, 1-5.

Urartu, Ü. (1984). *Hentbol teknik- taktik- kondisyon*. İstanbul: İnkılap yayınevi, a.

Urartu, Ü. (1984). *Voleybol teknik- taktik- kondisyon*. İstanbul: İnkılap ve kitabevleri, b.

Urartu, Ü. (1990). *Basketbol: teknik, taktik, kondisyon*. İstanbul: İnkılap ve Kitabevi, 4.baskı.

Urartu, Ü. (1994). *Futbol: teknik-taktik-kondisyon*. İstanbul: İnkılap ve Kitabevi.

Urartu, Ü. (1998). *Futbol: teknik-taktik-kondisyon*. İstanbul: İnkılap ve Kitabevi. 3.Baskı, 195.

Wagner, M. G. (2006). On the scientific relevance of esports. In International conference on internet computing. pp. 437-442.

Wang, L., & Jiang, X. (2018, July). Research on the New Media Communication of NetEase Games. In *3rd International Conference on Contemporary Education, Social Sciences and Humanities (ICCESSH 2018)*. Atlantis Press.

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology*.(6. utg.). USA: Human Kinetics.

Williams, A. M. (2009). Perceiving the intentions of others: how do skilled performers make anticipation judgments?. *Progress in brain research*, 174, 73-83.

Williams, A. M., & Elliott, D. (1999). Anxiety, expertise, and visual search strategy in karate. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 21(4), 362-375.

Yang, P., Harrison, B. E., & Roberts, D. L. (2014). Identifying patterns in combat that are predictive of success in MOBA games. *In FDG*.

Yarayan, Y. E., Yıldız, A. B., & Gülşen, D. B. A. (2018). Elit düzeyde bireysel ve takım sporu yapan sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(50), 992-999.

Yardımcı, A., Sadık, R., & Kardeş, N. T. (2017). Amerikan futbolu sporcularının yalnızlık düzeyleri ve sporda mental dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 79-90.

Yükçü, S., Kaplanoğlu, (2018). E-spor endüstrisi. *Uluslararası İktisadi ve İdari İncelemeler Dergisi*, 1(11), s. 533-550

Counter Strike: Global Offensive (2019). Counter Strike: Global Offensive 2019 İEM Katowice Major Kupası. <https://blog.counter-strike.net/tr/index.php/2018/07/20641/> [Erişim Tarihi: 18.03.2019a].

Counter Strike: Global Offensive (2019). Counter Strike:Global Offensive Oyun Modları <https://blog.counter-strike.net/index.php/about/> [Erişim Tarihi: 18.03.2019b].

Counter Strike: Global Offensive (2019). Counter Strike:Global Offensive Haritalar <https://blog.counter-strike.net/tr/index.php/2015/01/11311/> [Erişim Tarihi: 18.03.2019c].

Defender of the Ancients 2 (2017) Dota 2 The International <http://dota2.prizetrac.kr/international2017> [Erişim Tarihi: 04.03.2019b].

Defender of the Ancients 2 (2019). Dota 2 2019 Şampiyonası <http://www.dota2.com/international/overview/?l=turkish> [Erişim Tarihi: 06.03.2019a].

Defender of the Ancients 2 (2019). Dota 2 Eşyalar <http://www.dota2.com/items/> [Erişim Tarihi: 05.03.2019d].

Defender of the Ancients 2 (2019). Dota 2 Kahramanları <http://www.dota2.com/heroes/> [Erişim Tarihi: 05.03.2019c].

Electronic sports. (November, 2009). Retrieved from http://en.wikipedia.org/wiki/Electronic_sports [Erişim Tarihi: 05.03.2019].

League Of Legends (2019). League Of Legends Karakterler <https://tr.leagueoflegends.com/tr/game-info/champions/> [Erişim Tarihi: 05.03.2019g].

League Of Legends (2018). League Of Legends 2018 Allstar Turnuvası <https://nexus.leagueoflegends.com/en-us/2018/10/2018-all-star-event-announcement/> [Erişim Tarihi: 06.03.2019e].

League Of Legends (2019). League Of Legends <https://tr.leagueoflegends.com/tr/game-info/get-started/what-is-lol/> [Erişim Tarihi: 04.03.2019d].

League Of Legends (2019). League Of Legends Karakter Eşyaları <https://tr.leagueoflegends.com/tr/game-info/items/> [Erişim Tarihi: 05.03.2019f].

League Of Legends (2019). League Of Legends Oyun Modu Sihirdar Vadisi <https://tr.leagueoflegends.com/tr/game-info/game-modes/summoners-rift/> [Erişim Tarihi: 06.03.2019a].

League Of Legends (2019). League Of Legends Oyun Modu Sonsuz Uçurum <https://tr.leagueoflegends.com/tr/game-info/game-modes/howling-abyss> [Erişim Tarihi: 06.03.2019c].

League Of Legends (2019). League Of Legends Oyun Modu Uğursuz Koruluk. <https://tr.leagueoflegends.com/tr/game-info/game-modes/the-twisted-treeline/> [Erişim Tarihi: 06.03.2019b].

League Of Legends (2019). League Of Legends Ulusal Ligler. <https://nexus.leagueoflegends.com/en-us/2019/01/regional-leagues-sites-and-schedules/> [Erişim Tarihi: 06.03.2019h].

Newzoo (2019) Industry first report: The evolution of the esports ecosystem. <https://newzoo.com/insights/articles/industry-first-report-evolution-esports-ecosystem/> [Erişim Tarihi: 05.03.2019].

PlayerUnknown's Battlegrounds (2018). PlayerUnknown's Battlegrounds 2018 Global Invitational Turnuvası. <https://pgi.playbattlegrounds.com/about> [Erişim Tarihi: 04.03.2019].

PlayerUnknown's Battlegrounds (2019). PlayerUnknown's Battlegrounds Haritalar. <https://pubgmap.io/tr/> [Erişim Tarihi: 29.04.2019a].

PlayerUnknown's Battlegrounds (2019). PlayerUnknown's Battlegrounds Global Championship https://www.pubg.com/wp-content/uploads/2018/11/PUBG_Esports_Outline_V11.jpg [Erişim Tarihi: 29.04.2019b].

Riot Games (2019). League Of Legends <https://www.riotgames.com/en/what-we-do> kaynak [Erişim Tarihi: 02.03.2019a].

Riot Games (2019). League Of Legends. <https://www.riotgames.com/en/who-we-are/values> [Erişim Tarihi: 02.03.2019b].

Statista. (2018). Number of Players of Selected eSports Games Worldwide as of August 2017. <https://www.statista.com/statistics/506923/esports-games-numberplayers-global/> [Erişim Tarihi: 15.03.2019].

SuperData Research (2014). eSports Digital Games Market Trends Brief. Retrieved from: https://gallery.mailchimp.com/a2b9207999131347c9c0c44ce/files/SuperData_Research_eSports_Brief.pdf [Erişim Tarihi: 02.03.2019].

The International Football Association Board (2018). 2018-2019 Laws of the Game <https://img.fifa.com/image/upload/khhloe2xoigyna8juxw3.pdf> [Erişim Tarihi: 12.03.2019].

Türkiye Basketbol Federasyonu (2017) Basketbol Oyun Kuralları 2017 <http://tbfegetim.tbf.org.tr/docs/default-source/tbf/basketbol-oyun-kurallar%C4%B1/basketbol-oyun-kurallari-2017.pdf?sfvrsn=4> [Erişim Tarihi: 12.03.2019].

Türkiye Hentbol Federasyonu (2010). Uluslararası Hentbol oyun kuralları 2010 <http://www.thf.gov.tr/Portals/0/pdf/uluslararasıhentboloyunkurallari.pdf> [Erişim Tarihi: 12.03.2019].

Türkiye Voleybol Federasyonu (2017). 2017-2020 Voleybol Oyun Kuralları
[http://www.tvf.org.tr/_dosyalar/MHGK_Belgeler/2017-
2020_resmi_voleybol_oyun_kurallari.pdf](http://www.tvf.org.tr/_dosyalar/MHGK_Belgeler/2017-2020_resmi_voleybol_oyun_kurallari.pdf) [Erişim Tarihi: 12.03.2019].

7. EKLER

7.1. Katılımcı Bilgi formu

E-spor

Sayın katılımcı,

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalında tezli yüksek lisans yapmaktayım. Anketler sporcuların zihinsel dayanıklılığını ve bilişsel esnekliğini belirlemek amacıyla hazırlanmış olup sizlere ulaştırılmıştır.

Anketlerdeki soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur, lütfen anketlerdeki her soruyu okuyarak cevaplandırınız. Araştırma açısından kimliğinizin bilinmesi önem taşımadığı için anket formlarının üzerine adınızı soyadınızı yazmanız gerekmemektedir. Vereceğiniz yanıtlar sadece araştırmacı tarafından bilimsel veri amacıyla kullanılacaktır.

Katkılarınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Anketleri cevaplamadan önce lütfen aşağıdaki soruları cevaplayınız.

Katılımcı Bilgi Formu

Yaşınız:

Cinsiyetiniz:

Kadın

Erkek

Eğitim düzeyiniz:

İlkokul Ortaokul Lise Lisans Y.Lisans Doktora

Gelir düzeyiniz:

0-2000TL 2000-4000TL 4000-6000TL 6000-8000TL 8000 ve üzeri

E-sporcular:

League of Legends

Dota 2

Counter strike: Global Offensive

Playerunknown's Battlegrounds

Kaç yıldır bu sporu yapıyorsunuz? :

Geleneksel Spor

Sayın katılımcı,

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalında tezli yüksek lisans yapmaktayım. Anketler sporcuların zihinsel dayanıklılığını ve bilişsel esnekliğini belirlemek amacıyla hazırlanmış olup sizlere ulaştırılmıştır.

Anketlerdeki soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur, lütfen anketlerdeki her soruyu okuyarak cevaplandırınız. Araştırma açısından kimliğinizin bilinmesi önem taşımadığı için anket formlarının üzerine adınızı soyadınızı yazmanız gerekmemektedir. Vereceğiniz yanıtlar sadece araştırmacı tarafından bilimsel veri amacıyla kullanılacaktır.

Katkılarınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Anketleri cevaplamadan önce lütfen aşağıdaki soruları cevaplayınız.

Katılımcı Bilgi Formu

Yaşınız:

Cinsiyetiniz:

Kadın

Erkek

Eğitim düzeyiniz:

İlkokul

Ortaokul

Lise

Lisans

Y.Lisans

Doktora

Gelir düzeyiniz:

0-2000TL

2000-4000TL

4000-6000TL

6000-8000TL

8000 ve üzeri

Geleneksel sporcular:

Basketbol

Futbol

Voleybol

Hentbol

Kaç yıldır bu sporu yapıyorsunuz? :

7.2. Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği

SPORDA MENTAL DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ (SMDÖ)

SMDÖ

Aşağıdaki ifadeler siz sporcuların davranışlarıyla ilgilidir. Lütfen her cümleyi ayrı ayrı okuyunuz ve bu cümlelere ne kadar katıldığınızı belirleyiniz. Her bir cümleye ilişkin kendi doğruluk derecenizi yandaki cevap bölümündeki sayılardan birinin üzerine çarpı (X) işareti koyarak belirleyiniz.

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1. Hiç Doğru Değil | 3. Genellikle Doğru |
| 2. Nadiren Doğru | 4. Kesinlikle Doğru |

		Hiç Doğru Değil	Nadiren Doğru	Genellikle Doğru	Kesinlikle Doğru
1	Yeteneklerime sarsılmaz güvenim vardır.	1	2	3	4
2	Beni diğer rakiplerimden ayıran özelliklere sahibim.	1	2	3	4
3	Baskı altında iyi performans gösterebilmek için gerekli unsurlara sahibim.	1	2	3	4
4	Baskı altında kendime güvenerek ve tüm sorumluluğu üstlenerek karar verebilirim.	1	2	3	4
5	Eğer kaybedersem soğukkanlılığımı yeniden kazanabilirim.	1	2	3	4
6	Yapmam gereken görevleri tamamlama konusunda kararlıyım.	1	2	3	4
7	Kendime zorlu hedefler koyma konusunda sorumluluk alırım.	1	2	3	4
8	Zor şartlar altında pes ederim.	1	2	3	4
9	Dikkatim kolay dağılır ve konsantrasyonumu kaybederim	1	2	3	4
10	Düşük performans gösteririm diye endişelenirim.	1	2	3	4
11	Kendimden şüphe etme durumum dayanılmaz boyuttadır.	1	2	3	4
12	Beklemediğim ya da kontrol edemediğim durumlarda kaygılanırım.	1	2	3	4
13	İşler istediğim gibi gitmediğinde sinirlenirim ve hayal kırıklığına uğrarım.	1	2	3	4

7.3.Bilişsel Esneklik Ölçeği

BİLİŞSEL ESNEKLİK ÖLÇEĞİ (BEÖ)

BEÖ

Aşağıdaki ifadeler, sizin kendi davranışlarınız hakkındaki inanç ve duygularınızla ilgilidir. Lütfen her cümleyi ayrı ayrı dikkatle okuyup, bunlara ne kadar katıldığınızı belirleyiniz. Her tutuma ilişkin kendi katılma derecenizi, yandaki cevap bölümündeki sayılardan birinin üzerine çarpı (X) işareti koyarak belirleyiniz.

- | | |
|----------------------------|---------------------------|
| 1. Kesinlikle Katılmıyorum | 4. Biraz Katılıyorum |
| 2. Katılmıyorum | 5. Katılıyorum |
| 3. Biraz Katılmıyorum | 6. Kesinlikle Katılıyorum |

	Ne kadar katılıyorsunuz?					
	Kesinlikle Katılmıyorum			Kesinlikle Katılıyorum		
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
1. Bir fikri çok farklı yollarla ifade edebilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
2. Yeni ve alışlagelmişin dışındaki durumlardan kaçınırım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
3. Sanki hiç karar veremezmişim gibi hissediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
4. Çözumsuz gibi görünen problemlere karşı işe yarar çözümler bulabilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
5. Nasıl davranacağıma karar verirken pek fazla seçeneğim yoktur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
6. Problemlere karşı yaratıcı çözümler üretmeye istekliyimdir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
7. Karşılaştığım herhangi bir durumda, duruma uygun davranabilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
8. Davranışlarım verdiğim bilinçli kararların sonucudur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
9. Herhangi bir durum karşısında, çok farklı davranış seçeneklerine sahibim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
10. Bilgilerimi gerçek yaşamda kullanmakta zorluk çekerim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
11. Bir problemle uğraşırken, farklı seçenekleri dinlemeye ve gözden geçirmeye istekliyimdir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
12. Farklı davranış biçimlerini deneyecek kadar öz güvenliyimdir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)

7.4. İzin Belgeleri

**MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ
İNSAN ARAŞTIRMALARI ETİK KURUL KARARI**

Protokol No : 190007	Karar No : 20
Araştırma Yürütücüsü	Yüksek Lisans Öğrencisi GÖRKEM MENTEŞ
Kurumu / Birimi	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ / ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ
Araştırmanın Başlığı	E-spor ve Geleneksel Spor İle Uğraşan Sporcuların Zihinsel Dayanıklılık ve Bilişsel Esneklik Durumlarının İncelenmesi
Başvuru Formunun Etik Kurula Geldiği Tarih	04.01.2019
Başvuru Formunun Etik Kurulda İncelendiği Tarih	İlk İnceleme Tarihi : 08.01.2019 1. Düzeltme Tarihi : 01.02.2019
Karar Tarihi	07.02.2019

KARAR : UYGUNDUR
AÇIKLAMA :Beyana esas izinlerin alınması şartıyla araştırmanın uygulanabilirliği konusunda bilimsel araştırmalar etiği açısından bir sakınca yoktur.

Prof. Dr. Nurcan CENGİZ
Başkan

Prof. Dr. Kilichan BAYAR
Üye

Prof. Dr. Mehmet Gürhan KARAKAYA
Üye

Görülür - İzinli
Prof. Dr. Hulusi DOĞAN
Üye

MSKÜ İnsan Araştırmaları Etik Kurulu Yürürlüğünün
Madde 6/2'ndeki maddesine göre toplantıya katılmıştır

Prof. Dr. Özcan SAYGIN
Üye

Görülür - İzinli
Doç. Dr. Mert KÜÇÜK
Üye

Prof. Dr. Ali AKAR
Üye



T.C.
GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI
Spor Genel Müdürlüğü
Türkiye E-Spor Federasyonu Başkanlığı



Sayı : TESFED / 34

24/12/2018

Konu :

Sayın Görkem MENTEŞ

Federasyonumuz amatör ve profesyonel e-sporcularına uygulanmak üzere göndermiş olduğunuz "E-Spor ve Geleneksel Spor ile Uğraşan Sporcuların Zihinsel Dayanıklılık ve Bilişsel Esneklik Durumlarının İncelenmesi" konulu anket formunuz ve dilekçeniz incelenmiş olup, söz konusu anket formunun sporcular üzerinde uygulanmasında Federasyonumuzca bir sakınca görülmemektedir.

Bilgilerinize rica ederim.


Tamer KILINÇ
Genel Sekreter

MUĞLA ÜNİVERSİTESİ
SPOR KULÜBÜ BAŞKANLIĞINA

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı "164408002" numaralı yüksek lisans öğrencisiyim. "E-Spor ve Geleneksel Spor ile Uğraşan Sporcuların Zihinsel Dayanıklılık ve Bilişsel Esneklik Durumlarının İncelenmesi" adlı yüksek lisans tezimde kullanmak üzere sporcularınıza anket uygulamayı planlıyorum. Gerekli izinlerin verilmesi için gereğinin yapılmasını arz ederim. 12.12/2018

Ek: Anketler

Görkem MENTEŞ

Adres: Muslihittin Mah. Şehit Özden

Aşınmaz Cad. Lider Sitesi J Blok Kat:3 No:7

Menteşe/MUĞLA

Tel : 0 505 940 95 86

uyeyünder
Sümme Ekici

Kültür Turizm ve Spor Dairesi Başkanlığı
Sayı: 6853/2805-730.08.03-E.3222/30139
Tarih: 21.12.2018
Dosya Numarası: 2018-470290



T.C.
MUĞLA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYE BAŞKANLIĞI
Kültür Turizm ve Spor Dairesi Başkanlığı

Sayı :68532805-730.08.03-E.3222/30139
Konu :Talep

21.12.2018

Sayın Görkem MENTEŞ
(Muslihittin Mahallesi Şehit Özden Aşınmaz Caddesi Lider Sitesi J Blok Kat : 3 No:7)
Menteşe/MUĞLA

İlgi : 18/12/2018 tarihli ve 48523/174158 sayılı yazı.

İlgi dilekçeniz incelendiğinde Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi olduğunuz ve sporcularınız üzerinde "E-Spor ve Geleneksel Spor ile Uğraşan Sporcuların Zihinsel Dayanıklılık ve Bilişsel Esneklik Durumlarının İncelenmesi" adlı Yüksek Lisans tezinizde kullanmak üzere sporcularınıza anket yapmak istediğiniz anlaşılmaktadır.

Söz konusu talebiniz Daire Başkanlığımızca incelenmiş olup, voleybol branşındaki sporcularınıza anket yapmanız uygun görülmüştür.

Bilgilerinize rica ederim.

Hacı KOÇ
Belediye Başkanı a.
Genel Sekreter Yardımcısı

Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanuna göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
<https://ebelediye.mugla.bel.tr/irmaza> adresinden Doğrulama Kodu : 685D0820 Belge No:
68532805-730.08.03-E.3222/30139 ile doğrulayabilirsiniz.

Ohacıye Mahallesi Zihnedem Caddesi No: 45 Mentеше MUĞLA
Telefon No:444 48 01 Faks:(0252) 214 13 46
İnternet Adresi www.mugla.bel.tr

İmza: SEMRA Y TAŞ ÖZER - Büro İşçisi
Tel:(0252) 212 18 86 / 1917
semraytasozer@mugla.bel.tr



7.5. Kişisel Bilgiler

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Görkem Menteş

Doğum Yeri : Muğla

Doğum Yılı : 06.07.1992

Medeni Hali : Bekar

EĞİTİM VE AKADEMİK BİLGİLER

Lise 2006-2010 : Muğla Turgut Reis Lisesi

Lisans 2011-2016 : Ege Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu
Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Yabancı Dil : İngilizce

MESLEKİ BİLGİLER

2016 : Celal Arısan Osman Savran Basketbol Okulu Basketbol Antrenörlüğü

2017 : Muğla Üniversitesi Spor Kulübü Basketbol Antrenörlüğü

2019 : Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
Antrenörlük Eğitimi Araştırma Görevlisi