



T.C.

Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı

Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Tezli Yüksek

Lisans Programı

**ÜNİVERSİTEDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN TENİSE
BAŞLAMA NEDENLERİ VE BEKLENTİLERİ**

Dilek TOPAL

Danışman

Yrd. Doç. Dr. Barbaros Serdar ERDOĞAN

Yüksek Lisans Tezi

Burdur, 2016

T.C.
Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı
Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Tezli Yüksek
Lisans Programı

ÜNİVERSİTEDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN TENİSE
BAŞLAMA NEDENLERİ VE BEKLENTİLERİ

Dilek TOPAL

Tez Danışmanı

Yrd. Doç. Dr. Barbaros Serdar ERDOĞAN

Yüksek Lisans Tezi

Burdur, 2016

Bu tez çalışması 0273-YL-15 proje numarası ile Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri (BAP) tarafından desteklenmiştir.



**MAKÜ EĞİTİM BİLİMLERİ
ENSTİTÜSÜ**

YÜKSEK LİSANS JÜRİ ONAY FORMU

M.A.K.Ü Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun 07.01.2016 tarih ve 125/6 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından 22.01.2016 tarihinde tez savunma sınavı yapılan Dilek TOPAL'ın Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri konulu tez çalışması Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

JÜRİ

ÜYE : Yrd. Doç. Dr. Barbaros Serdar ERDOĞAN
(Tez Danışmanı)

ÜYE : Yrd. Doç. Dr. Meriç ERASLAN

ÜYE : Yrd. Doç. Dr. Mustafa KILINÇ

ONAY

M.A.K.Ü Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun/...../..... tarih
ve/..... sayılı kararı.

İMZA/MÜHÜR

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

Tezim tamamen her yerden erişime açılabilir.

09.02.2016
Dilek TOPAL

ÖZET

Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri

Dilek TOPAL

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin tenis sporuna başlama nedenlerini ve tenis sporundan beklentilerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Anadolu Üniversitesi, Uşak Üniversitesi ve Akdeniz Üniversitesinde tenis sporuyla uğraşan kadın ve erkek öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu evren içerisinde tesadüfî örneklem yolu ile seçilmiş 414 öğrenciden meydana gelmiştir. Verilerin toplanmasında Yıldırım (2007) tarafından geliştirilen anket kullanılmıştır. Veri toplama anketinde üniversitede öğrenim gören ve tenis sporuyla uğraşan öğrencilerin, tenise başlama nedenleri ve beklentilerinin değerlendirilmesini amaçlayan toplam 29 soru bulunmaktadır. Verilerin analizinde SPSS 15.0 programında frekans, yüzde ve aritmetik ortalama dağılımları incelenmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların ankete verdikleri cevapların karşılaştırılmasında t-testi kullanılmıştır.

Araştırmanın sonunda öğrencilerin tenise başlamalarında sırasıyla beden eğitimi öğretmeni, arkadaş ve akran grubu, yaşanan çevrenin etkili olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin spor yaparak sağlıklı olma, spor yaparak boş zamanlarını iyi değerlendirme, tenis sporunu sevme ve sporun olumlu katkılarından haberdar olma gibi amaçlarla tenis oynadığı bulunmuştur. Tenisten beklentilerin başında sağlıklı olmak ve sağlığı korumak, iyi bir fiziki görünüme sahip olmak ve beden eğitimi öğretmeni olmanın geldiği bulunmuştur. Kadın öğrenciler ile kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin yakın çevredeki bir antrenörün spora başlamalarında daha fazla etkili olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Tenis ile profesyonel uğraşma amaçlarının cinsiyete göre incelenmesi sonucunda sporun olumlu katkılarından haberdar olmak, spor yaparak boş zamanlarını olumlu değerlendirmek, spor yaparak sağlıklı olmak, sporcu olarak, arkadaşlarla tanınıp sevmek ve sayılmak gibi amaçlara erkek öğrenciler ile kıyaslandığı zaman kadın öğrencilerin daha fazla önemstedikleri tespit edilmiştir ($p<0.05$). İleride sporla ilgili üniversiteler

düzeyinde eğitim görme beklentisine erkek öğrenciler ile kıyaslandığı zaman kadın öğrencilerin daha fazla sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır ($p<0.05$). Sonuç olarak tenis sporu ile ilgilenen üniversite öğrencilerin tenise yönelme nedenlerinin ve tenis sporundan beklentilerinin birbirinden farklı olduğu, cinsiyetin tenis sporu ile ilgilenme ve tenisten beklentiler üzerinde önemli bir belirleyici olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Tenis, tenise başlama nedenleri, tenis sporundan beklentiler

Bu tez çalışması 0273-YL-15 proje numarası ile Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri (BAP) tarafından desteklenmiştir.

ABSTRACT

The Reasons For Taking Up Tennis Among University Students And What They Expect From It

Dilek TOPAL

This study seeks to determine the reasons for taking up tennis among university students and what gains they expect from playing tennis. Tennis playing female and male students from Mehmet Akif Ersoy University, Suleyman Demirel University, Anadolu University, Uşak University and Akdeniz University constitutes the universe of the study. The sample group of the study, which consisted of a total of 414 students, was selected through random sampling from among the universe. The poll which was developed by Yildirim (2007) was used in collecting data. Data collection questionnaire contains 29 questions which aim to assess the reasons for taking up tennis among the university students and what gains they expect from tennis. The data analysis was carried out with a SPSS 15.0 program and frequency, percentage and arithmetical mean deviations were studied. T-test was employed in the comparison of the answers given by the athletes who participated in the questionnaire.

At the end of the study it was determined that physical education teachers, social circle and where an individual lives were influential on the decision to take up tennis, with physical education teachers being the most influential in the list. It was found that the incentives that pushed the students towards playing tennis were various: spending free time in a healthy and beneficial way, liking tennis, being aware of benefits of engaging in sports etc. It was determined that number one expectation from playing tennis was to be and remain fit, then came having a good physical shape and becoming a physical education teacher. When compared, it was found that a trainer from the immediate vicinity was more influential on male students than female ones in motivating them to take up tennis ($p < 0.05$). Having analyzed, according to sex, the students' professional aims for engaging in tennis, it was found that female students attached more importance to factors such as being aware of sports benefits, spending one's free time positively, being fit, and being popular among friends ($p < 0.05$). When female

students were compared to males, it was found that for females, the expectation of studying sports at a university was more important ($p < 0.05$). To conclude with, it may be stated that the reasons for choosing tennis and their expectations from it are different and that sex is a factor influential on choosing tennis and expectations from it.

Key words: Tennis, reasons beginning tennis, expectations from tennis

This thesis was supported by Scientific Research Projects of Mehmet Akif Ersoy University (SCP) with project number 0273-YL-15.

TEŞEKKÜR

Tez alışmam boyunca bana her trl desteği sağlayan danışman hocam Yrd. Do. Dr. Barbaros Serdar ERDOğAN'a teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca bana yol gösteren ve akademik anlamda kendimi geliştirmemi sağlayan Mehmet Akif Ersoy niversitesi'nin tüm ğretim üyelerine sonsuz teőekkürler sunarım

Dilek TOPAL
Őubat, 2016

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
BİLDİRİM.....	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT	iv
TEŞEKKÜR.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
SİMGELER ve KISALTMALAR.....	ix
Tablolar Dizini.....	x
Şekiller Dizini.....	xii
BÖLÜM I	1
Giriş.....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Problem Cümlesi	2
1.3. Alt Problemler	2
1.4. Araştırmanın Önemi.....	3
1.5. Araştırmanın Amacı	3
1.6. Varsayımlar	3
1.7. Sınırlılıklar.....	4
BÖLÜM II.....	5
Kuramsal Çerçeve ve İlgili Araştırmalar	5
2.1.Spor Kavramı.....	5
2.1.1.Sporun Tarihsel Gelişimi	7
2.1.2.Sporun Yararları.....	10
2.1.2.1. Sporun Genel Sağlık Üzerine Yararları.	12
2.1.2.2. Sporun Fiziksel Açıdan Yararları.....	16
2.1.2.3. Sporun Psikolojik ve Ruhsal Açıdan Yararları.	18
2.1.2.4. Sporun Sosyal Açıdan Yararları.....	20
2.1.2.5. Sporun Toplumsal Açıdan Yararları.	23
2.2.Tenis Nedir?	25
2.2.1.Tenis Sporunun Tarihsel Gelişimi.....	27
2.2.2.Türkiye de Tenis Sporunun Tarihsel Gelişimi	29
2.2.3.Tenis Sporunda Kullanılan Bazı Terimler.....	30
2.2.4.Tenis Kortlarının Özellikleri.....	31
2.2.5.Teniste Kullanılan Temel Vuruş Şekilleri	33

2.2.6.Tenis Sporunda Kullanılan Malzemeler	34
2.3. İlgili Araştırmalar	37
BÖLÜM III.....	41
Yöntem.....	41
3.1. Araştırmanın Modeli.....	41
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	41
3.3. Verilerin Toplanması	41
3.3.1.Kişisel Bilgi Formu.....	42
3.4.İstatistiksel Analiz	42
BÖLÜM IV	43
Bulgular ve Yorum	43
BÖLÜM V	68
Sonuç ve Öneriler.....	68
5.1. Sonuçlar	68
5.2. Öneriler.....	69
KAYNAKLAR.....	71
EKLER	78
Ek-1: Veri Toplama Anketi	78
Ek-2: Araştırma İzin Yazıları	82
ÖZGEÇMİŞ	92

SİMGELER ve KISALTMALAR

ATP:	Tenis Profesyonelleri Birliği
WTA:	Bayanlar Tenis Birliği
SPSS:	Statistical Package For Social Sciences
ITF:	Uluslararası Tenis Federasyonu
HDL:	High Density Lipoprotein
LDL:	Low Density Lipoprotein
MÖ:	Milattan Önce
MS:	Milattan Sonra
YY:	Yüzyıl
M:	Metre
F:	Frekans Değeri
P:	Anlamlılık Düzeyi
%:	Yüzde Değeri

Tablolar Dizini

Sayfa

Tablo 2. 1. Hareketsiz Yaşam Tarzının Neden Olduğu Sağlık Sorunları	13
Tablo 4. 1.Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Üniversitelere Göre Frekans ve Yüzdelerik Dağılımları.....	43
Tablo 4. 2.Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdelerik Dağılımları	43
Tablo 4. 3.Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Frekans ve Yüzdelerik Dağılımları ...	43
Tablo 4. 4.Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Frekans ve Yüzdelerik Dağılımları	44
Tablo 4. 5.Katılımcıların Tenis Sporunu İle İlgilenme Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdelerik Dağılımları.....	44
Tablo 4. 6.Katılımcıların Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdelerik Dağılımları	45
Tablo 4. 7.Katılımcıların Kendi Ekonomik Gelir Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdelerik Dağılımları.....	45
Tablo 4. 8.Katılımcıların Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdelerik Dağılımları.....	46
Tablo 4. 9.Katılımcıların Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdelerik Dağılımları.....	46
Tablo 4. 10.Katılımcıların üniversite hayatına başlamadan önce tenis sporunu ile ilgilenmelerine Göre Frekans ve Yüzdelerik Dağılımları.....	47
Tablo 4. 11.Katılımcıların ailesinde düzenli spor yapan yakınına Göre Frekans ve Yüzdelerik Dağılımları.....	47
Tablo 4. 12.Sporcuların Tenise Başlama Nedenlerine İlişkin Görüşlerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları	48
Tablo 4. 13.Sporcuların Tenis Sporunu İle Profesyonel Biçimde Uğraşma Nedenlerine İlişkin Görüşlerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	53
Tablo 4. 14.Sporcuların Tenis Sporundan Beklentilerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	56
Tablo 4. 15.Cinsiyetlere Göre Tenis Sporuna Başlama Nedenleri Açısından Farklılıklar.....	59

Tablo 4. 16.Cinsiyetlere Göre Tenis Sporunu İle Profesyonel Biçimde Uğraşma Nedenleri.....	62
Tablo 4. 17.Cinsiyetlere Göre Tenis Sporundan Beklentiler.....	65

Şekiller Dizini

	<u>Sayfa</u>
Şekil 2. 1. Tenis Kortunun Ölçüleri.....	32
Şekil 2. 2. Tenis Kortunda Yer Alan Ağ ve Ölçüleri	33
Şekil 2. 3. Tenis Raketi.....	35
Şekil 2. 4. Tenis Topu.....	36
Şekil 2. 5. Tenis Ayakkabısı.....	37

BÖLÜM I

Giriş

1.1. Problem Durumu

Spor etkinlikleri günümüzün en temel bedensel aktiviteleri içerisinde yer almaktadır. Günümüzde her yaştan milyonlarca birey farklı branşlarda olmak üzere her gün spor etkinliklerine katılmaktadır. İnsanların spora olan ilgileri tarihsel süreç içerisinde gelişmiş, geçmiş dönemlerden beri spor etkinliklerine önem verilmiştir. Günümüz insanların da sporla iç içe bir yaşam sürmelerinin temelinde tarihten gelen bir alışkanlık olmasının yattığı belirtilmektedir. Bu nedenle insan yaşamı ile bu kadar özdeşleşmiş bir yapıya sahip olan sporun toplumsal yaşam içerisinde sükülüp atılması mümkün olmadığı ifade edilmektedir (Dever, 2010).

Spor sosyo-kültürel ve ekonomik kalkınmanın önemli bir unsuru olan beden ve ruh sağlığının geliştirilmesi, kişilik oluşumunun ve karakter şekillenmesinin sağlanması, bilgi, yetenek ve becerilerin geliştirilerek çevreye uyumun sağlanması, kişiler ve toplumlar arası iletişimin geliştirilmesi, bireyin mücadele etme yeteneğinin artırılması, kaynaşma ve başarının sağlanması, heyecan duyma ve yarışmada üstün gelme gibi amaçlar ile belirli kurallar çerçevesinde gerçekleştirilen etkinliklerdir (Aytan, 2010).

Son yıllarda insan yaşamında önemi giderek artan spor etkinlikleri dünya çapında bir popüleriteye ulaşmıştır. Özellikle gelişmiş ve gelişmekte olan birçok ülkede insanların sağlıklı olmasının önemli bir faktör olduğu göz önünde bulundurulduğu için spor giderek günlük yaşamın bir parçası haline gelmiştir. İnsanların sağlıklı yaşam için katıldıkları spor etkinlikleri diğer taraftan da önemli gelir sağlayan meslek kollarının oluşmasına zemin hazırlamıştır (Özcan, 2011).

Türkiye'de de son yıllarda tenis sporu giderek popüler bir hale gelmiş, ülkemizin neredeyse her yerinde uygun fiyatlarla kiralanabilen yüzlerce tenis kortu bulunmaktadır. Özellikle belediyeler ve diğer spor kuruluşları insanların tenis kortları ile bağlantı kurmalarına imkan sağlamaktadır. Ayrıca Türkiye'in birçok

noktasında belirli miktarda ücret ödeyerek üye olunabilen tenis kulüpleri bulunmaktadır. Bu gelişmelerin ülkemizde tenis sporunun daha fazla yaygınlaşmasına katkı sağlayacağı söylenebilir (Kabasakal, 2005).

Türkiye'de son yıllarda tenis oynayan bireylerin arasında üniversite öğrencilerinin oranının sürekli olarak arttığı gözlemlenmektedir. Üniversite öğrencilerinin tenise yönelmelerinde üniversitelere tenis kortları yapılması, birçok üniversitede tenis dersinin seçmeli ders olarak verilmesi, beden eğitimi ve spor yüksekokullarında tenis derslerinin zorunlu veya uzmanlık alan dersi olarak işlenmesi, bunun yanında tenis sporunda kullanılan malzemelerin fiyatlarının düşük düzeylerde olmasının etkili olduğu düşünülebilir. Ancak üniversite öğrencilerinin tenis sporuna başlama nedenlerinin ve tenisten beklentilerinin daha iyi anlaşılabilmesi için konuya ilişkin geniş kapsamlı araştırmalar yapılması oldukça önemlidir. Yapılan bu araştırmada da üniversite öğrencilerinin tenis başlama nedenleri ve beklentilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır.

Sporun insan yaşamında önemi bilinmektedir. İnsan hangi yaşta olursa olsun tüm yaşamı boyunca sağlıklı, başarılı, mutlu olmasında ve moral gücü yüksek tutulmasında spor önemli bir rol oynamaktadır. Özellikle gençlerin spora yönelmeleri, gelecek nesillerin sağlık kalitelerinin yükselmesi açısından spor önemli bir unsurdur. Bu yüzden gençlerin tenis spora başlama nedenlerini ve beklentilerinin neler olduğunu tespit edilmesi gerekir. Bu bağlamda gençlerin tenise başlama nedenlerini tespit edip o doğrultuda beklentilerine cevap bulmak gerekmektedir.

1.2. Problem Cümlesi

Üniversite öğrencilerinin tenise başlama nedenleri ve beklentilerini çeşitli değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?

1.3. Alt Problemler

1. Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin tenis sporuna başlama nedenleri cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermekte midir?

2. Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin tenis sporu ile profesyonel olarak ilgilenme nedenleri cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin tenis sporundan beklentileri cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.4. Araştırmanın Önemi

Günümüzde spora katılımın psiko-sosyal özellikler üzerine etkilerine etkilerinin yapıldığı birçok araştırma bulunmaktadır. Yapılan araştırmalarda spora katılımın sadece psiko-sosyal gelişim üzerine olumlu etkilerine değinilmemekle beraber, aynı zamanda spora katılımın bazı olumsuz psikolojik davranışlar üzerindeki yararları da araştırılmıştır. Ancak özellikle ülkemizde ergenlik döneminde bulunan bireylerin bazı psikolojik davranış özellikleri üzerinde spora katılımın etkilerinin ele alındığı çalışmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Bu kapsamda yapılan bu araştırma öncelikli olarak ilgili literatüre kaynak sağlayacağı için önemli bir çalışma olarak görülmüştür. Bunun yanında elde edilen araştırma bulguların ortaöğretim öğrencilerine, öğrenci ailelerine, okul yöneticilerine ve bu alanda çalışmalar yapacak olan diğer araştırmacılara öngörü sunacak olması da araştırmayı önemli kılmaktadır.

1.5. Araştırmanın Amacı

“Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri” başlıklı bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin tenis sporuna başlama nedenlerini ve tenis sporundan beklentilerini belirlemektir.

1.6. Varsayımlar

1. Yapılan araştırmaya katılan öğrenci sayısının güvenilir araştırma sonuçları elde etmeye yetecek sayıda olduğu varsayılmıştır.
2. Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının üniversite öğrencilerinin tenise başlama nedenleri ve beklentilerini belirleyebilecek düzeyde olduğu, bunun yanında kullanılan veri toplama araçlarının bu araştırma modeli için güvenilir ve geçerli ölçüm araçları olduğu varsayılmıştır.

3. Araştırmaya katılan öğrencilerin anket sorularına içtenlikle ve doğru bir biçimde cevap verdikleri varsayılmıştır.
4. Araştırmada kullanılan veri analiz yöntemlerinin doğru ve güvenilir sonuçlar verdiği, bunun yanında araştırma hipotezlerini test edebilecek doğru analiz yöntemleri olduğu varsayılmıştır.

1.7. Sınırlılıklar

1. Bu araştırma Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Akdeniz Üniversitesi, Uşak Üniversitesi ve Anadolu Üniversitesi'nde, tenis sporuyla uğraşan 126 kadın ve 288 erkek olmak üzere toplam 414 üniversite öğrencisi ile sınırlandırılmıştır.
2. Bu araştırma veri toplama araçlarından elde edilen verilerin istatistiksel analizleri sonucunda ortaya çıkan araştırma bulguları ile sınırlandırılmıştır.
3. Bu araştırma 2014-2015 eğitim ve öğretim yılında Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Süleyman Demirel Üniversitesi ve Anadolu Üniversitesi'nde aktif olarak öğrencilik yaşamına devam eden öğrenciler ile sınırlandırılmıştır.

BÖLÜM II

Kuramsal Çerçeve ve İlgili Araştırmalar

2.1. Spor Kavramı

Spor kavramı çok yönlü bir yapıya sahip olduğu için sporun tanımlanmasında birçok görüş ortaya çıktığı bilinmektedir (Yetim, 2005). Yapılan tanımlarda spor etkinliklerinin içerik, özellik ve amaçları doğrultusunda bazı farklılıklar olduğu görülmektedir. Literatürde spor kavramına ilişkin yapılan bazı tanımlar şu şekildedir;

Ceylan (2008) sporu “bedenin fonksiyonel ve yapısal özelliklerinin geliştirilmesi, kas, eklem kontrolünün dengeli ve kontrollü bir biçimde sağlanması, fiziksel kapasitenin ekonomik çalışmasının sağlanması amacıyla uygulanan, duyu organlarının kontrolü sağlanarak gerçekleştirilen ve hareket etmeyi öğreten bedensel etkinlikler” şeklinde tanımlamıştır.

Aytan’a (2010) göre spor, grup halinde veya bireysel olarak uygulanan ve belirli kurallara göre gerçekleştirilen bedensel etkinliklerdir. İnsanların bireysel veya toplu halde yapmış oldukları sportif etkinlikler günümüzde ülkelerin vazgeçemeyeceği evrensel bir olgu haline gelmiştir.

Yetim’e (2005) göre spor, insanların psikolojik ve fizyolojik yönden sağlıklarını geliştiren, sergiledikleri sosyal davranışları düzenleyen, motorsal ve zihinsel açıdan belirli bir düzeye getiren pedagojik, biyolojik ve sosyal bir olgudur.

Ramazanoğlu, Karahüseyinoğlu, Demirel, Ramazanoğlu ve Altungül (2005) sporu “insanların yarışmak, hoş vakit geçirmek, mücadele etmek ve sağlıklı bir yaşama sahip olmak amacıyla belirli kurallara bağlı olarak bilinçli ve maksatlı hareketler bütünüdür” şeklinde tanımlamıştır.

Sporla ilgili yapılan tanımlara bakarak sporun temel özelliklerini şu şekilde sıralanabilir;

- Spor, insanların boş zamanlarını değerlendirme aracıdır.
- Spor, insanların birlikte çalışma duygularını geliştiren bir olgudur.
- Spor, insanların popüler kimlik kazanmalarına yardımcı olan bir olgudur.
- Spor, insanların pratik zekâ düzeylerinin gelişimini desteklemektedir.
- Spor, insanların sürekli olarak kazanma arzularını kamçılayan, buna paralel olarak düzenli çalışma disiplini kazandıran bir uyarıcıdır.
- Spor, sonu sporculara tapınmaya kadar gidebilen bir kas kuvvetidir.
- Spor, insanların içinde barındırdıkları saldırganlık dürtülerini dizginleyen bir olgudur.
- Spor, sağlıklı bir toplumsallaşmayı sağlayan sosyolojik bir olgudur.
- Spor, siyasetle iç içe olan ve halkı uyutan afyondur (Dever, 2010).

Spor etkinliklerinin büyük bir bölümü fiziksel hareketlilik içeriyor olmasına rağmen her fiziksel etkinlik spor olarak değerlendirilmemektedir. Spor ile fiziksel aktivite arasında bazı farklılıklar bulunmaktadır. Fiziksel aktivite insanların günlük yaşamları içerisinde yaptıkları her türlü bedensel etkinliği kapsamaktadır. Söz gelimi yürüme ve merdiven çıkma gibi insanların günlük hayatlarında yaptıkları rutin hareketler fiziksel aktivite kapsamında değerlendirilmektedir. Günlük hayatta gerçekleştirilen bu tür bedensel etkinlikler herhangi bir amaç dâhilinde ve belirli kurallar çerçevesinde gerçekleştirilmemektedir. Buna karşılık spor kavramı içerisinde gerçekleştirilen etkinlikler belirli amaçlar doğrultusunda ve belirli kurallar çerçevesinde uygulanmaktadır. Bu kapsamda profesyonel anlamda futbol ve basketbol oynama ile serbest zamanları değerlendirmek için gerçekleştirilen yüzme egzersizleri spor kavramı içerisinde değerlendirilmektedir (Yüksel, Hekim ve Gürkan, 2014).

Spor aktiviteleri aynı zamanda birer eğitim çalışması olarak değerlendirilmektedir. Özellikle küçük yaşlarda yapılan spor etkinlikleri çocuklar açısından önemli birer eğitim çalışması olarak değerlendirilmektedir. Çocukluk döneminde eğitim çalışması olarak değerlendirilen spor etkinlikleri çocukların zihinsel, duygusal, fiziksel ve motorsal açıdan gelişimlerini desteklemektedir (Polat, 2009).

2.1.1. Sporun Tarihsel Gelişimi

Sporun tarihini anlamak günümüzdeki mevcut spor etkinliklerinin arka planını anlamak açısından önemlidir (Kale ve Erşen, 2003; Dever, 2010). Spor kavramı Latince Desport veya Disportare (dağıtmak veya birbirinden ayırmak) anlamına gelen sözcüklerden oluşmuştur. Bu sözcüklerin ilk harflerinin bir araya gelmesiyle oluşan "sport" kelimesinin ortaya çıkışı XVII. yy dolaylarına denk gelmektedir (Heper, 2012). Spor etkinlikleri geçmiş dönemlerde hoş vakit geçirme, eğlenme ve dinlenme gibi amaçlarla gerçekleştirilmekte iken, son yıllarda spor etkinliklerinin kazanma, yarışma ve üstün gelme gibi amaçlarla yapıldığı belirtilmektedir (Karayılmaz, 2006).

Sporun kökenine ilişkin yapılan araştırmaların temeli arkeolojik çalışmalara kadar gitmektedir. Arkeolojik çalışmalar sporun kökenine ilişkin çok ayrıntılı bilgilere ulaşmamış olsalar da, taş devrinde ve paleolithic çağda spor ve oyun etkinlikleri yapıldığına ilişkin bilgiler mevcuttur. Hatta bu dönemlerde bazı nesnelere sportif amaçlı kullanıldığı belirtilmektedir. Tarih öncesi dönemde spora ilişkin en önemli dokümanın Mesoamerikalıların oyunlarında kullandıkları sünger toptur. Günümüzden yaklaşık 3000 yıl öncesinde Olmecler zamanında toplumdan topluma geçen karmaşık bir olgudur. Diğer türlerdeki toptların bulunmasıyla oyunlar da şekillenmeye başlamıştır (Tükenmez, 2009). Eva Strommerger'in Mezopotamya Sanatı adlı kitabında spor ve oyun etkinliklerine yönelik 5000 yıl öncesine ait örnekler bulunmaktadır. Bu eserde MÖ 3000-4000 yılları arasında Mesilim dönemine ait fotoğraflar Mezopotamya'nın spor geçmişine ışık tutmaktadır. Burada maden dönemine ait bir güreşçinin tasvir edildiği fotoğraf bulunmaktadır (Tükenmez, 2009).

5000 yıldan daha uzun bir geçmişe sahip olan ve günümüzde farklı biçimler uygulanmaya devam eden bazı spor dallarının temelinde geçmiş dönemdeki hayat mücadelelerinin, düşmanı yenmek veya av hayvanını öldürmek gibi amaçların yattığı, bu amaçlar doğrultusunda spor araçlarının da şekillendiği görülmektedir. Örneğin; rakibi uzaktan vurmak amacıyla ortaya çıkan okçuluk zaman içerisinde profesyonel bir spor dalı haline gelmiştir (Dever, 2010).

Tarih öncesi dönemde spor etkinliklerinin incelenmesine yönelik olarak gerçekleştirilen arkeolojik çalışmalar farklı medeniyetlerde spor etkinliklerinin farklı biçimlerde gerçekleştirildiğini göstermektedir. Örneğin; M.Ö. 600 civarına ait olan veriler Etrüskler arasındaki top oyunları, akrobasi, koşu, atlama, yol yarışları ile boks ve güreş müsabakalarının varlığını göstermektedir. Yine aynı dönemlerde Minoanların ise boks, güreş, takla, koşu, avcılık, top oyunları ve boğa güreşleri ile ilgilendiklerini göstermektedir. Bu dönemde antik Çin'de genellikle futbol oyununa ağırlık verildiği bilinmektedir. Hint tarihi ele alındığı zaman spor etkinliklerinin genellikle yüzme, güreş, at binme, boks ve cirit oyunlarından oluştuğu, söz konusu spor etkinliklerinin Hint spor kurumunun bir parçası olduğu belirtilmektedir. Eski Yunan ve Roma uygarlıklarında spor etkinliklerinin genellikle benzerlik gösterdiği, her iki medeniyet açısından da sporun uygarlaşma amacı ile uygulandığı belirtilmektedir. Yunanlılarda genellikle okçuluk, güreş, boks, kürek, halka atışı, yüzme, cirit ve disk atma gibi spor dalları oldukça popüler bir yere sahip olmuşlardır. Romalılar katıldıkları spor etkinliklerinin büyük bir bölümünü Yunan medeniyetinden esinlenerek geliştirmişlerdir (Tükenmez, 2009).

Roma imparatorluğunun büyüme dönemlerinde spor oyunları ve spor alanları insanlar için önemli birer eğlence kaynağı haline gelmişlerdir. M.S. 3. yüzyıla kadar Roma takviminde günlerin yarısı genel tatil ilan edilmiştir. Bu nedenle birçok insan az çalışma saatine sahip olmuş ve oldukça fazla boş zamanları bulunmuştur. Böyle bir ortamda insanlar için spor etkinliklerine katılmak önemli bir uğraş haline gelmiştir. Bu dönemde özellikle ayı ve boğa güreşleri, boks maçları ve atletik oyunlar önemli spor etkinlikleri haline almıştır. Yine bu dönemlerde gladyatör dövüşleri de sıklıkla tercih edilen spor etkinlikleri arasında yer almıştır (Tükenmez, 2009).

Ortaçağa gelindiği zaman gerek Yunan gerekse de Roma medeniyetlerinde oyun ile karışık şiddet etkinliklerinin yerini lig usulü takım oyunlarına bıraktığı görülmüştür. Bu dönemde spor etkinlikleri askeri eğitimlerin de bir parçası olarak kullanılmaya başlanmıştır. Yapılan spor etkinlikleri üzerinde Roma Katolik Kilisesi'nin büyük bir etkisi olmuştur. Romalı askerlerin 4. ve 5. yüzyıllarda Avrupa'yı dolaşırken spor etkinliklerini tanıtmaları Avrupa ülkelerinde de sporun temellerinin atılmasına katkı sağlamıştır (Tükenmez, 2009).

Rönesans dönemi ile birlikte kadınların spora katılım düzeyleri artmaya başlamıştır. Ancak bu dönemde köylü kadınlar geçmiş dönemlerde olduğu gibi spor etkinliklerinin dışında kalmışlardır. Kadınların spor etkinliklerine katılmaları genellikle eşleri tarafından sınırlanmıştır. Spor etkinliklerine katılan kadınlar ise genellikle yüksek beden gücü gerektirmeyen spor dallarına yönelmişlerdir. Rönesansın yaşandığı 14. yüzyıl ile Rönesansın bittiği 15. Yüzyıl boyunca özellikle atletizmin zenginler ve aristokratlar arasında popülerlik kazandığı bilinmektedir. Bu dönemde atletizm özellikle şehirlerde popüler bir spor haline gelirken köylerde genellikle eski spor alışkanlıkları uygulanmaya devam etmiştir (Tükenmez, 2009).

15. ve 16. Yüzyıllarda feodal yapının bir gereği olarak kılıç topluları oluşturulmuş, bu dönemlerde biniciliğe yönelik olarak uygulanan egzersizler savaşa yönelik beden eğitimi hareketleri olarak kabul edilmiştir. Yine bu dönemlerde beden eğitimine yönelik uygulamaların gelişmesine paralel olarak binicilikteki akrobasi ve jimnastik kültürü gelişmiştir. Hatta binicilik üzerine eğitim veren okullar kurulmuştur. 18. Yüzyılda tıp alanında çalışan hekimler spora katılımın sağlık açısından faydalı olduğunu vurgulamışlardır. Benzer şekilde dönemin pedagogları da sporun beden ve ruh sağlığını geliştirici bir davranış olduğunu vurgulamışlardır (Kale ve Erşen, 2003).

Sanayi devriminde spor etkinlikleri gelişmiş olup, günümüzdeki spor etkinliklerinin tek başına sanayi devrimi ile ortaya çıkmadığı belirtilmektedir. Ancak sporun örgütlenmesi ve kurumsallaşması büyük oranda sanayi devriminden sonra gerçekleşmiştir. 19 yüzyıldan itibaren sanayisi gelişmiş olan ülkelerde insanların spora yönelik yaklaşımları değişmeye başlamıştır. Bu kapsamda insanlar spor etkinliklerinin ekonomik yönünü de fark etmiş ve sporun ekonomik boyutlarını değerlendirme yoluna gitmişlerdir (Tükenmez, 2009).

Spor tarihi üzerine yapılan araştırmalarda amaca yönelik olarak uygulanan spor etkinliklerinin henüz yeni olduğu, beden eğitimi görünümündeki spor etkinliklerinin ise eski dönemlere dayandığı belirtilmektedir. Beden eğitimi görüntüsünde olan eski spor etkinlikleri koşu, atma, atlama, dans ve oyunlar şeklinde uygulanmıştır. Bu hareket formlarının çoğunluğu spor aktivitesinin ötesinde insanların kendi yaşamlarını devam ettirmeleri için kullandıkları aktivitelerden oluşmaktadır.

İnsanların kendilerini korumak ve hayatlarını devam ettirmek için yöneldikleri beden eğitimi ve spor etkinlikleri zaman içerisinde başlı başına bir faaliyet kolu haline gelmiştir (Kale ve Erşen, 2003). Spor etkinliklerinin ilk ortaya çıktığı dönemlerde savunma ve saldırı amaçlı kullanılmasının dönemin özellikleri itibarıyla mantıklı bir yaklaşım olduğu söylenebilir. İlkel yaşam tarzı içerisinde spor yapmak hayatta kalmak açısından büyük bir öneme sahip olduğu için, spor tarihini ele alırken spor, yaşam mücadelesi ve saldırganlığı birbirinden ayrı düşünmek mümkün değildir (Dever, 2010).

2.1.2.Sporun Yararları

Spor etkinliklerine katılımın insan yaşamında birçok yararı bulunmaktadır. Bailey (2006) spor etkinliklerinin fiziksel, sosyal ve bilişsel açıdan insan sağlığına faydaları olduğunu belirtmiş, spor etkinliklerinin yaşam tarzını da olumlu yönde etkilediğini ifade etmiştir. Spora katılımın insan vücudunda bazı değerleri arttırdığı, bazı değerleri ise azalttığı bilinmektedir. Zorba (2006) düzenli egzersize bağlı olarak vücutta artan ve azalan değerleri şu şekilde sıralamıştır;

Azalan değerler

- Kalp krizine yakalanma riskinde,
- Daha önce kalp krizi geçirmiş bir bireyin tekrar kalp krizi geçirme riskinde,
- Hipertansiyona yakalanma riskinde,
- Kadınlarda hamilelik sürecine bağlı olarak meydana gelen sırt ve bel ağrılarının görülme sıklığında,
- Sebepleri kesin olarak bilinmemekle beraber genellikle stres kaynaklı meydana gelen baş ağrısı riskinde,
- Çok sıkı bir diyet uygulamadan vücut ağırlığında,
- Dinlenme periyodundaki kalp atım hızında,
- Osteoaritis nedeniyle eklem dejenerasyonunda,
- Kansere yakalanma riskinde,
- Yağlanma riskinde,
- Solunum kasları kuvvetlendiği için istirahat solunum hızında,
- Kadınların sıklıkla karşılaştıkları menstural semptomlarda,
- Spor yaptıktan sonraki iştahta,

- Yaşlanma belirtilerinin geciktirilmesinde,
- Kandaki kolesterol seviyesinde,
- LDL lipoprotein seviyesinde (Zorba, 2006).

Artan değerler

- Genel sağlık düzeyinde,
- Düzenli ve sağlıklı uyku alışkanlıklarında,
- Çeşitli enfeksiyonlara karşı vücut direncinde,
- Maksimal oksijen kullanım kapasitesinde,
- Kemik mineral yoğunluğunda,
- Sıcak ve soğuk ortamlara karşı dirençte,
- Diyabet rahatsızlığı olan bireylerde kan şekeri kontrolünün sağlanmasında,
- Kas kuvvet ve dayanıklılığında,
- Vücudun laktik asit tolerasyonunda,
- Deriye doğru kan akışının artarak, derinin beslenmesinde,
- Akciğerlerden kana oksijen difüzyonunda,
- Kanın akışkanlık düzeyinde,
- Vücudun bağışıklık sisteminin geliştirilmesinde,
- Vücudun glikoz toleransında,
- Cinsel performans ve isteklerde,
- Sakatlıklara karşı direnç sağlanmasında,
- Kalori yakılmasında,
- Fiziksel görünüm olumlu olmasında,
- Eklem elastikiyet düzeyinin geliştirilmesinde,
- Denge ve koordinasyon düzeyinin geliştirilmesinde,
- Metabolik faaliyetlerin daha düzenli çalışmasında,
- Kan plazma hacminin artmasında,
- HDL lipoprotein düzeyinde (Zorba, 2006).

Sporun insan yaşamındaki diğer yararlarına ilişkin bilgiler aşağıda sıralanmıştır.

2.1.2.1. Sporun Genel Sağlık Üzerine Yararları.

Son yıllarda teknolojinin gelişmesi ve modern yaşam tarzının giderek yaygınlaşması insan yaşamına birçok kolaylık sağlamanın yanında bazı sağlık sorunlarına da neden olmaktadır. Bu nedenle modernleşmenin sağlık açısından birçok riski beraberinde getirdiği belirtilmektedir. Teknolojik gelişmelerin ve modernleşmenin sağlık sorunlarına neden olmasının temelinde modernleşmeye bağlı olarak hareketsiz yaşam tarzının yaygınlaşması yatmaktadır. Son yıllarda yapılan araştırmalarda teknolojik gelişmelerin ve modernleşmenin neden olduğu hareketsiz yaşam tarzının başta obezite olmak üzere birçok rahatsızlığın oluşmasına zemin hazırladığı ifade edilmektedir. Obeziteye bağlı olarak kalp ve damar hastalıkları, eklem ve kas rahatsızlıkları, bunun yanında bazı dolaşım sistemi rahatsızlıklarının arttığı bilinmektedir. Her ne kadar modern tıp gelişmiş ve insanlar birçok rahatsızlıktan tedavi ile korunmaya çalışsalar da hayatlarının sonuna kadar sağlıklı yaşamak zorunda kalmaktadırlar (Sahebi, 2014). Başta obezite olmak üzere hareketsiz yaşam tarzından kaynaklanan sağlık sorunlarına ilişkin bilgiler Tablo 2.1'de sunulmuştur (Zorba, 2006). Bu noktada hareketsiz yaşam tarzına alternatif olarak insanların katıldıkları spor etkinlikleri insanların sağlık kalitelerinin artırılmasına yardımcı olmaktadır (Görücü, 2001).

Tablo 2. 1.
Hareketsiz Yaşam Tarzının Neden Olduğu Sağlık Sorunları (Zorba, 2006)

Temel Sağlık Sorunları	Sağlık Sorunlarının Sonuçları
Kalp rahatsızlıkları	Artherosiklorosis, arter damarlarının tıkanması ve yağlanması, kalp kasının zayıflaması, kalp kasında sertleşme veya yumuşaklık, akciğer kapasitesinde azalma, dayanıklılığın azalması
Kas ve iskelet problemleri	Kassal yapıda ve kemik sağlığında bozulmalar meydana gelmesi
Hipertansiyon	LDL ve kolesterolda artış, çabuk yorulma
Şeker hastalığı	Karbonhidrat emiliminde bozulmalar meydana gelmesi
Psiko-sosyal bozukluklar	Sinir sisteminde gerginlik, sindirim sistemi bozuklukları, uyku bozuklukları, stres oluşumu, bağışıklık sisteminin zayıflaması
Vücut kompozisyonu bozuklukları	Vücut yağ oranının artması, şişmanlık, kas kütlelerinde azalma, postural bozukluklar (duruş/görünüş bozuklukları), erken kemik erimesi, bel ve sırt ağrıları

Tablo 2.1'de görüldüğü gibi, hareketsiz yaşam tarzı birçok sağlık sorununa yol açmaktadır. İnsanların serbest zamanlarını değerlendirme amacıyla gerçekleştirdikleri koşu, jogging, bisiklet, yüzme ve kayak gibi büyük kas gruplarının yoğun olarak çalıştığı spor etkinlikleri dayanıklılık özelliğinin ön planda olduğu aktivitelerdir. Bu tür aktivitelerde kaslar kanın kalbe geri dönme sürecinde aktif rol almaktadırlar. Kaslar zamanla düzenli aktiviteye bağlı olarak kanı pompalama işlevini daha ekonomik yerine getirmeye başlarlar. Zamanla daha büyük bir hacim düzeyine ulaşan kalp ise kanı daha fazla pompalayarak kanın tüm doku ve organlara daha kolay ulaşmasına katkı sağlamaktadır (Zorba, 2006).

İlhan ve diğerleri'ne (2010) göre, sağlıklı yaşamak herkesin temel bir hakkı olmakla beraber, sağlıklı olup olmamak her şeyden önce bireyin kendi sorumluluğundadır. Bu nedenle insanların sağlıklarını korumak ve genel sağlık

düzeylerini geliştirici davranışlar kazanmaları kendi ellerindedir. Hekim (2014) tarafından yapılan bir araştırmada, insanların genel sağlık düzeylerinin geliştirilmesinde fiziksel aktivite ve spor etkinliklerinin önemli bir yere sahip olduğu belirtilmiş, bu nedenle sağlıklı yaşamak için insanların spor yapma alışkanlığı kazanmaları gerektiği vurgulanmıştır.

Spor etkinliklerine katılım kalp ve dolaşım sisteminin gelişmesine katkı sağladığı için kardiyovasküler rahatsızlıklara yakalanma riskini azaltmaktadır. Literatürde yer alan araştırma bulguları da bu görüşü desteklemektedir (Hill, Buckley, Murphy ve Howe, 2007). Gökhan, Kürkçü, Devecioğlu ve Aysan (2011) tarafından yapılan araştırmada yüzme egzersizlerinin solunum fonksiyonları ile kan basıncı üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. 20-29 yaş grubundaki bireyler üzerinde deney ve kontrol gruplu yapılan araştırmada deney grubunda bulunan gençlere 8 hafta boyunca düzenli olarak yüzme egzersiz programı uygulanmış, kontrol grubundaki gençler ise herhangi bir fiziksel etkinliğe katılmamıştır. Uygulanan 8 haftalık yüzme egzersiz programı sonunda deney grubunda bulunan gençlerin solunum fonksiyonlarından, maksimum istemli ventilasyon, zorlu ekpirasyon hacmi, vital kapasite ile zorlu vital kapasite performanslarında anlamlı bir artış meydana geldiği belirlenmiştir. Dolaşım sistemindeki değişiklikler değerlendirildiği zaman, yüzme programı uygulanan gençlerin istirahat kalp atım sayılarının azaldığı, diyastolik kan basınçlarının da dengelendiği tespit edilmiştir. Zorba (2006) ise egzersize katılan iskelet kaslarının kılcal damarları yoğun olarak kullandıklarını vurgulamıştır. Buna göre, fiziksel aktivite esnasında kılcal damarlar görev yapmak için açılırlar ve aktivite sürekli hale gelirse kanı iletmek için çalışmaya devam ederler. Aynı durum kalp kası için de söz konusudur. Kalp kasına ne kadar çok görev verilirse kalp kasının çevresindeki kılcal damar yoğunluğu da artmaktadır. Kılcal damar yoğunluğunun artması dokularda oluşan artık ürünlerin kana karışarak vücuttan daha hızlı atılmasına da katkı sağlamaktadır. Kalbin daha iyi çalışması ve kılcal damar yoğunluğunun artması egzersize bağlı olarak dokulara daha fazla enerji gelmesine, bunun yanında yağ ve karbonhidratların daha hızlı yakılmasına katkı sağlamaktadır. Bu durum damarların yağlanmasına bağlı olarak ortaya çıkan damar sertleşmesinin de önlenmesine imkân vermektedir (Zorba, 2006).

Spora katılımın kardiyovasküler sağlık üzerine etkilerinin incelendiği diğer bir araştırmada, hipertansiyon hastalarında 10 hafta boyunca haftada 3 gün boyunca uygulanan egzersiz çalışmalarının kan basıncı üzerine etkilerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın sonunda düzenli olarak uygulanan aerobik dayanıklılık egzersizlerinin hipertansiyon hastalarının hem kan basınçlarının düzenlenmesine hem de yaşam kalitelerinin artırılmasına katkı sağladığı tespit edilmiştir (Tsai ve diğerleri, 2004).

Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerinin kardiyovasküler sağlık üzerine olumlu etkileri olduğu bilinmekle beraber, söz konusu etkileri bazen tartışma konusu olmaktadır. Buna karşılık literatürde yer alan araştırma bulguları genellikle kalp sağlığı açısından fiziksel aktiviteyi desteklemektedir. Fiziksel aktivite yapma alışkanlığı olan bireylerin kalp krizine daha az yakalandıkları belirtilmektedir. Buna karşılık sedanter yaşam tarzının kalp krizi riskini tetiklediği bilinmektedir (Zorba, 2006). Yine Zorba (2006) kalp sağlığı açısından sporun diğer yararları şu şekilde sıralamaktadır;

- Egzersize bağlı olarak kronik bir biçimde gelişen miyokart dolaşımı ve metabolizmanın gelişmesi kalp sağlığını korumaktadır. Bu durumun temelinde kullanılan damarların artması yatmaktadır. Miyokart dolaşımının artması kardiyak glikojen depoları ve glikolitik kapasitesini de arttırmaktadır. Kalbin oksijen temini riske girdiği zaman bundan yararlanılabilir,
- Egzersiz ile birlikte miyokardiakın mekaniksel özellikleri ve kasılma gücünde meydana gelen artış, bu karşı koyma esnasında kasılmanın artması veya devam ettirilmesi kalbin çalışma sistemini geliştirir,
- Kanın yapısı ile hemostatik mekanizmada düzelme meydana gelir,
- Kandaki lipit oranı normal seviyesine iner,
- Gerek egzersiz gerekse de dinlenme esnasında miyokart çalışmasında anlamlı bir azalma meydana gelmesi kan basıncı ile kalp atımında olumlu değişiklikler meydana gelmesine katkı sağlar,
- Vücut kompozisyonunun kalp sağlığını zorlamayacak sağlıklı sınırlar içine girmesi sağlanır,
- Psikolojik ve fizyolojik olarak stresten uzaklaşılır,

- Kalbin 1/3 oranında büyümesi sonucunda kalp yüklenmelere dayanıklı bir hale gelir,
- Kalp odacıklarının büyümesine kalp odacıklarına dolan kan miktarının artmasına paralel olarak kalbin pompaladığı kan miktarında da artış meydana gelir,
- Kılcal damar gelişimine bağlı olarak kalp daha iyi beslenir ve istirahat kalp atımında azalma meydana gelir,
- Vücut oksijeni daha verimli kullanmaya başlar (Zorba, 2006).

Sigal ve diğerleri (2007) tarafından yapılan araştırmada, aerobik dayanıklılık antrenmanlarının tip II diyabet hastalarında glisemik kontrol üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 39-70 yaş grubunda bulunan toplam 251 yetişkin tip II diyabet hastası katılmış, katılımcılara 4 hafta boyunca kardiyolog eşliğinde aerobik koşu egzersiz programı uygulanmıştır. Uygulanan koşu egzersiz programının ardından tip II diyabet hastalarında glisemik kontrolün sağlandığı tespit edilmiştir.

2.1.2.2. Sporun Fiziksel Açıdan Yararları.

Spor etkinliklerinin fiziksel açıdan ele alındığı zaman kassal gelişimi, kemik gelişimi ve vücut kompozisyonunun sağlıklı sınırlar içinde kalmasına katkı sağladığı bilinmektedir. Yapılan araştırmalarda spor etkinliklerine katılımın kemik mineral yoğunluğunu arttırdığı belirlenmiş, bu kapsamda her yaş döneminde kemik sağlığının korunmasında ve kemik gelişiminin desteklenmesinde spor etkinliklerinin koruyucu bir rolü olduğu belirlenmiştir (Langsetmo ve diğerleri, 2012; Sritara vd., 2015). Çocuklar üzerinde yapılan bir araştırmada düzenli olarak beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılımın fiziksel gelişim göstergesi olan kemik mineral yoğunluğunu arttırdığı tespit edilmiştir (Meyer ve diğerleri, 2013). Çocukluk döneminde bulunan çocuklar üzerinde yapılan benzer araştırma bulguları da kemik gelişiminin desteklenmesinde sporun etkili bir yol olduğu görüşünü desteklemektedir (Janz ve diğerleri, 2006).

Fiziksel büyüme ve gelişme de önemli bir yere sahip olan eklem sağlığının korunmasında ve geliştirilmesinde de spor etkinliklerinin büyük bir rolü

bulunmaktadır. Kullanılmayan kapıların menteşelerinin zamanla hareket kısıtlılığına yol açması eklemler için de geçerli bir örnektir. Buna göre insanların eklemlerini fazla çalıştırmamaları zamanla eklemlerin fonksiyonel özelliklerini yerine getirmede sorun yaşamalarına zemin hazırlamaktadır. Eklemlerde meydana gelen hareket kısıtlılığı eklem kapsülü, eklem bağları, eklem çevresinde bulunan kasları, kemik yüzeylerini ve kıkırdak dokuları olumsuz yönde etkilemektedir. Bu nedenle eklem sağlığının korunması ve eklemlerin sağlıklı bir biçimde gelişmesi için fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım oldukça önemlidir (Zorba, 2006).

Aksoydan ve Çakır (2011) tarafından yapılan araştırmada spora katılımın fiziksel özellikler üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Genç bireyler üzerinde yapılan araştırmada düzenli olarak spor yapan ve yapmayan gençlerin beden kitle indeksleri arasındaki farklılıklar incelenmiştir. Araştırmanın sonunda fiziksel olarak aktif yaşam tarzına sahip gençlerin beden kitle indekslerinin nispeten daha sedanter bir yaşam tarzına sahip olan gençlerden daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Gökhan ve diğerleri (2011) tarafından yapılan araştırmada yüzme egzersizinin vücut kompozisyonu üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. 20-29 yaş grubunda bulunan bireyler üzerinde yapılan araştırmada deney grubunda bulunan bireylere 8 hafta boyunca yüzme egzersiz programı uygulanmış, bu süreçte kontrol grubundaki bireyler herhangi bir fiziksel aktivite programına dâhil edilmemiştir. Araştırmanın sonunda kontrol grubunda bulunan bireylerle kıyaslandığı zaman yüzme programına katılan bireylerin vücut yağ oranlarında anlamlı bir azalma meydana geldiği tespit edilmiştir.

Spor etkinliklerine katılım fiziksel gelişimi olumlu yönde etkilediği için düzenli olarak spor yapan bireyler ile sedanter bireylerin fiziksel görünüşleri arasındaki farklılık kolayca ayırt edilebilmektedir (Açak, 2006). Literatürde yer alan birçok araştırmada da spor etkinliklerine katılımın iyi bir fiziksel görünüme katkı sağladığı, vücut kompozisyonunu düzelttiği ve vücut yağ oranını azalttığı tespit edilmiştir (Hill ve diğerleri, 2007). Spor etkinliklerinin vücut yağ oranını azaltmasının temelinde spor etkinlikleri sırasında depo yağların enerji verici olarak kullanılması yatmaktadır (Akbulut, Özmen ve Besler, 2007). Bunun

yanında yaşlı bireyler üzerinde yapılan araştırmalarda da dñzenli egzersiz çalışmalarının kassal gelişimin desteklenmesine ve kemik sağlığının korunmasına katkı sağladığı belirlenmiş, bu kapsamda yaşlı bireylerde de fiziksel sağlığın korunmasında ve geliştirilmesinde sporun faydalı olduğu belirtilmiştir (Rhodes ve diğerleri, 2000).

Spor etkinliklerine katılım çocukların fiziksel bñyñme ve gelişmeleri ile fiziksel uygunluk özelliklerinin de gelişmesine katkı sağlamaktadır. Saygın, Polat ve Karacabey (2005) tarafından yapılan araştırmada çocuklarda hareket eğitiminin fiziksel uygunluk parametreleri üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. 10-12 yaş grubunda bulunan çocukların katıldığı araştırmada dñzenli olarak uzun sñre uygulanan hareket eğitiminin bazı fiziksel uygunluk özelliklerini geliştirdiği tespit edilmiştir. Deli, Bakle ve Zachopoulou (2006) tarafından yapılan diğer bir araştırmada okul öncesi dñnemde bulunan çocuklarda hareket eğitiminin bazı fiziksel performans parametreleri üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

2.1.2.3. Sporun Psikolojik ve Ruhsal Açıdan Yararları.

Spor etkinliklerine katılımın bedensel ve psiko-motor gelişimin desteklenmesinin yanında psikolojik ve ruhsal sağlığın desteklenmesinde de bñyñk bir role sahip olduğu bilinmektedir (Keskin, 2014). Özellikle vñcutta biriken negatif enerjinin atılmasında, negatif enerjinin neden olduğu, öfke, stres, saldırganlık ve öfke gibi olumsuz davranışların sergilenme dñzeyinin azaltılmasında spor etkinliklerinin koruyucu bir rolñ olduğu belirtilmektedir (řenyñzli, 2013). Peluso ve Andrade (2005) tarafından yapılan araştırmada da gñnñmñzde önemli bir halk sağlığı sorunu haline gelen kaygı ve depresyon gibi psikolojik rahatsızlıkların tedavilerinde ve önlenmesinde spor etkinliklerinin önemli bir yere sahip olduğu belirtilmiştir.

Zorba (2006) spora katılımın psikolojik faydalarını şu şekilde sıralamaktadır;

- Sağlam, enerjik, egzersiz yapmaya hevesli bir kişilik yapısına kavuşma,
- z saygı dñzeyinin gelişmesi,
- Ruhsal stres oluşturan unsurların azalması,

- Hayata daha mutlu bakmanın sağlanması ve endişelerden uzaklaşma,
- Sinirli veya hiperaktif yapıya sahip bedenin sakinleştirilmesi,
- Kendine güven duygusunun artması.

Spor etkinliklerine katılım insanların sevinç ve üzüntü gibi duygular yaşamalarına neden olduğu için kendine güven duygularının gelişmesine katkı sağlamaktadır. Bunun yanında spor etkinlikleri insanların dikkat becerilerinin gelişmesine, problem çözme, düşünceyi belli bir noktada toplama, hayal gücünü kullanma, üretken olma ve pratik zekâyı kullanma gibi psikolojik unsurların gelişmesine destek olmaktadır. Bunun yanında günümüzde insanlar arasında saldırgan davranışlar görülmek sıklığının yüksek olduğu bilinmektedir. Saldırgan davranışların fiziksel veya sözlü olması insanlara zarar verdiği için tasvip edilemeyecek durumlardır. Bu nedenle spor etkinliklerine katılımın artırılması ile insanların saldırgan davranışlar sergileme düzeylerinin de azalacağı belirtilmektedir (Şahan, 2007).

Şahin, Yetim ve Çelik'e (2012) göre, günümüzde insanların yaşam tarzları ve karşılaştıkları birçok travmatik durum algılanan stres düzeyinin artmasına zemin hazırlamaktadır. İnsanların strese vermiş oldukları tepkiler birbirinden farklı olduğu gibi, insanların stresten etkilenme düzeyleri de birbirinden farklı olmaktadır. İnsanların karşılaştıkları stresle baş edebilmeleri de iyi bir psikolojik yapıya, diğer bir ifade ile psikolojik sağlamlığa sahip olmaları ile mümkündür. İnsanların psikolojik sağlamlık düzeylerini olumlu yönde etkileyen birçok yöntem bulunmakla beraber, genellikle insanların zevk alarak yaptıkları birçok aktivite psikolojik sağlamlığın gelişimine katkı sağlamaktadır. Bu kapsamda düzenlenen spor etkinlikleri de psikolojik sağlamlığın desteklenmesine, buna paralel olarak stres düzeyinin azalmasına katkı sağlamaktadır.

Salar, Hekim ve Tokgöz (2012) tarafından yapılan araştırmada 15-18 yaş grubunda bulunan bireylerde ferdi ve takım sporları ile ilgilenen bireylerin bazı psikolojik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada hem takım hem de ferdi spor dalları ile ilgilenen bireylerin psikolojik açıdan kendine güvenen ve kendini iyi hisseden bireyler oldukları belirlenmiş, söz konusu psikolojik özelliklerin takım ve ferdi spor dalları ile ilgilenen bireylerde benzer düzeylerde olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada elde edilen bulgular ışığında gençlerin gerek

takım gerekse de ferdi spor dallarına yönelmelerinin psikolojik sağlıkları açısından faydalı olacağı vurgulanmıştır.

2.1.2.4. Sporun Sosyal Açıdan Yararları.

İnsanların yaşadıkları toplumların değerlerini öğrenmeleri sosyalleşme olarak tanımlanmaktadır. Sosyal yaşamın bir gereği olarak insanlar sosyalleşmek, diğer bir ifade ile toplum tarafından benimsenen değerlere bağlı yaşamak durumundadır. Bu nedenle insanlar toplumla uyumlu yaşayabilmek, toplumun bir parçası olabilmek için optimum yaşayış tarzını benimsemek, toplum içerisinde rahat hareket edebilmek için sosyal beceri düzeylerini geliştirici aktivitelere yönelmek zorundadırlar (Gezer, 2010). Bu noktada sosyal gelişimin desteklenmesinde büyük bir öneme sahip olduğu belirtilen spor etkinlikleri devreye girmektedir. Çünkü spor etkinliklerinin sosyalleşme sürecini olumlu yönde etkileyen araçlar içerisinde yer aldığı belirtilmektedir (Yıldırım, 2011).

Sporun toplumsal yaşam içerisinde önemli bir sosyal aktivite olduğu bilinmektedir. Sporun toplumsal hayattaki sosyal gücü insanların sosyalleşmelerinde büyük rol oynamaktadır (Yetim, 2005). Tükenmez'e (2009) göre, spor beden ve ruha hitap eden sosyal bir davranış biçimidir. Hareketlerin, güç, biçim ve yoğunlukları, belirli normlara uygun olarak gerçekleştirilmesi, sağlık, neşe ve performans ile ilgili olmaları insanların hem davranış alanlarında hem de kişilik yapısı üzerinde çeşitli değişikliklere zemin hazırlamaktadır. Genellikle kontrol yolu ile insanlar üzerinde sporun etkileri araştırılabilir. İnsanlar tarafından yapılan hareketler spor, norm ve değerlendirmelere dayalıdır. Bu esnada dikkate değer bir etki gücünün dinamiği meydana gelmektedir. Böylelikle de spor etkinlikleri sosyal değişimin gerçekleşmesini sağlamaktadır.

İnsanların spor yapmadaki amaçları eğlenme, dinlenme, rahatlama, maddi kazanç sağlama veya profesyonel olarak ilgilenme olabilir. Ancak spor etkinliklerine katılım biçimi ne olursa olsun insanlar açısından spor etkinlikleri sadece fiziksel gelişim açısından değil, aynı zamanda sosyal gelişim açısından da büyük bir öneme sahiptir. İnsanlar spor etkinliklerine katıldıkları zaman başka insanlarla sosyal ilişki içine girmektedir. Bunun yanında spor etkinliklerine katılım insanların dar dünyalarından uzaklaşarak başka insanların görüş, düşünce ve

inançlarına saygı duymayı da öğretmektedir. Bu kapsamda spor etkinlikleri insanların yeni dostluklar kurmalarına ve mevcut dostluklarının pekişmesine imkan vermektedir. Bu unsurların tamamı göz önünde bulundurulduğu zaman sporun sosyal bir yönünün olduğu belirtilmektedir (Aksoy, Bakış ve Ünveren, 2012).

Şahan'a (2007) göre, spor etkinliklerine katılım insanlara başkalarına ve oyun kurallarına saygı göstermeyi, başarıyı ve başarısızlığı kabul etme, başka bireylerle işbirliği yapma, dayanışma içinde olma ve hoşgörülü davranma becerilerini geliştirmektedir. Spor etkinliklerine katılımın sosyal gelişim üzerindeki olumlu etkileri literatürde şu şekilde sıralanmıştır;

- Takım sporlarına katılım ile insanların işbirliği yapma becerileri gelişirken, bireysel sporlar ile ilgilenmek bireysel disiplinin gelişmesine katkı sağlar.
- Spor etkinliklerine katılım erkekçe mücadele ruhunun gelişmesine ve kişisel karakterin şekillenmesine katkı sağlar.
- Beden eğitimi ve spor etkinliklerinin diğer ders ve etkinliklerle kıyaslandığı zaman daha serbest aktiviteler olması öğretici-sporcu arasındaki ilişkilerin gelişmesine, böylece spor yapan bireyin sosyalleşmesine katkı sağlar.
- Spor etkinlikleri içerisinde yer alan tehlikeli antrenman uygulamaları bireysel cesaretin gelişmesine destek olur.
- Spor etkinliklerine katılım insanların saldırganlık dürtülerini sosyal kurallar çerçevesinde boşaltmalarına imkân verir (Küçük ve Koç, 2004).
- Spor etkinliklerine katılım insanların saygın bir kişilik kazanmalarına katkı sağlar.
- Spor etkinliklerine katılım insanlara grup üyeliğini ve dayanışmayı öğretir.
- Spor etkinlikleri insanların kurallara saygılı olarak mücadele etme duygularını geliştirir.
- Spor etkinliklerine katılım saldırgan davranışların sergilenme düzeyini azaltır.
- Spor etkinlikleri bireyin başka bireylere saygılı olmasını öğretir (Bulgu, 2013).
- Özellikle takım sporlarına katılım sosyalleşme ve iyi iletişim becerisi kurma gibi özellikleri geliştirir (Salar, Hekim ve Tokgöz, 2012).

Spor etkinliklerine katılım hem ergenlik öncesi hem de ergenlik sonrası dönemde sosyal gelişimin desteklenmesine katkı sağlamaktadır (Yazarer ve diğerleri, 2004). Hinkley ve diğerleri (2014) tarafından yapılan araştırmada beden eğitimi ve spor etkinliklerinin özellikle çocukların psiko-sosyal gelişimleri açısından faydalı olduğu belirtilmiştir. Keskin (2014) tarafından yapılan araştırmada da çocuklarda beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılımın sosyal gelişim üzerindeki etkilerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Yapılan araştırmada özellikle küçük yaş gruplarındaki bireylerin spor etkinliklerine katılmalarının sosyal gelişimlerini destekleyeceği belirtilmiş, bunun yanında küçük yaşlarda spora yönelen bireylerin artmasının gelecekte sosyal özellikleri daha güçlü bir toplum oluşmasına katkı sağlayacağı vurgulanmıştır. Öztürk, Efe ve Koparan (2007) tarafından yapılan araştırmada, 14-16 yaş grubunda bulunan kız çocuklarında hentbol çalışmalarının sosyal yetkinlik üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma kapsamında öğrencilere 9 ay boyunca hentbol branşına özgü temel antrenman programı uygulanmıştır. Araştırmanın sonunda hentbol antrenmanlarına katılımın sosyal yetkinlik üzerinde olumlu faydaları olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yıldırım (2011) tarafından yapılan araştırmada lisanslı olarak takım sporu ve bireysel spor dalları ile ilgilenen ortaöğretim öğrencileri ile aynı yaş gruplarındaki sedanter bireylerin sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmanın sonunda lisanslı olarak takım sporları ve ferdi spor dalları ile ilgilenen öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin sedanter öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aynı araştırmada cinsiyet değişkeni açısından da ele alındığı zaman spor yapan kadınların sosyal beceri düzeylerinin sedanter kadınlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Keskin'e (2014) göre, spor etkinliklerine katılımın sosyal gelişim üzerine yararlı etkileri göz önünde bulundurulduğu zaman, gelecek nesillerin sosyal yönü gelişmiş bireylerden oluşması için günümüz çocuklarının spora yönelmeleri için gerekli önlemlerin alınması gerekmektedir. Bu kapsamda öncelikli olarak ailelerin çocukları spora yönlendirmeleri için gerekli teşviki sağlaması oldukça önemlidir. Çünkü çocukların gerek serbest zamanlarını değerlendirmek amacıyla gerekse de lisanslı olarak spor yapmalarında ailenin büyük sorumluluğu bulunmaktadır.

Ülkemizde alt yapı spor kulüplerine yapılan teşviklerin artırılması da çok daha fazla sayıda çocuğun spora yönelmesine ve spor yolu ile sosyalleşmesine katkı sağlayacaktır. Bunun yanında ilköğretim beden eğitimi ders saatlerinin artırılmasının da okul içi spor etkinlikleri ile çocukların sosyal gelişimlerinin desteklenmesine katkı sağlayacağı vurgulanmıştır.

Spor etkinliklerine katılım normal gelişim gösteren bireylerin yanında özel gereksinimli bireylerin de sosyalleşme ve toplumla kaynaşma düzeylerinin desteklenmesinde büyük bir öneme sahiptir literatürde yer alan çeşitli araştırma bulguları da bu görüşü desteklemektedir. İlhan (2008) tarafından yapılan araştırmada, eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılımın sosyal gelişim üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 8-11 yaş grubunda bulunan toplam 16 eğitilebilir zihinsel engelli çocuk katılmış, katılımcılar 8'er kişilik iki gruba ayrılmıştır. Deney grubu olarak belirlenen 8 kişilik gruba 18 hafta boyunca haftada 2 gün olmak üzere en türlerine ve gelişim özelliklerine göre beden eğitimi ve spor etkinlikleri uygulanmıştır. Kontrol grubu olarak belirlenen 8 katılımcı ise mevcut özel eğitim faaliyetlerine devam etmişlerdir. Araştırmanın sonunda, kontrol grubunda bulunan çocuklar ile kıyaslandığı zaman deney grubundaki çocukların sosyal beceri özelliklerinden bazılarında (başkaları ile etkileşim ve paylaşımcılık, grup etkinliklerine katılma) anlamlı bir gelişme meydana geldiği belirlenmiştir.

2.1.2.5. Sporun Toplumsal Açıdan Yararları.

Modern toplum yaşamı içerisinde spor etkinlikleri insanların vazgeçemeyecekleri bir olgu haline gelmiştir. İnsanların mutluluk, sağlık ve refah düzeylerinin artırılmasında spor etkinliklerinin anahtar bir role sahip olduğu belirtilmektedir. Bu nedenle toplumların içinde buldukları imkânlar dâhilinde rahat spor yapabilmeleri çağdaşlık ile özdeş bir hale gelmiştir. Spor etkinlikleri toplumların fiziksel ve ruhsal açıdan gelişimlerini desteklemenin yanında, sosyo-kültürel ve ekonomik açıdan da modern hayatın gerektirdiği yaşam standartlarında yaşamalarına da katkı sağlamaktadır. Bunun yanında milli birlik ve bütünlüğün sağlanması, milli birlik ve bütünlüğün devamlılığının inşa edilmesinde de spor etkinlikleri önemli bir işleve sahiptir (Aytan, 2010).

Spor olgusu toplumun her kesimine hitap eden bir özelliğe sahiptir (Özen, Eygü ve Kabakuş, 2013). Spor etkinliklerine katılımın toplumsal açıdan birçok faydası bulunmakla beraber, spor etkinliklerinin düzenlenmesi ve insanların izleyici olarak bile olsa spor etkinliklerine yönelmelerinin toplumsal açıdan birçok yararı bulunmaktadır. Yazarer ve diğerleri (2004) sporun oldukça geniş kapsamlı bir olduğunu belirtmişler, bu kapsamda sporun sadece bireysel açıdan değil toplumsal, kültürel, ekonomik ve politik açıdan da birçok olgu ile iç içe olduğunu vurgulamışlardır. Bu nedenle gelecekte toplumsal açıdan sorumluluk yüklenecek bireylerin yetiştirilmelerinde, toplum içerisinde kişiler arası ilişkilerin geliştirilmesinde ve devam ettirilmesinde çocukluk yıllarından itibaren düzenli spor yapmanın faydalı olacağı ifade edilmiştir. Şahan (2007) tarafından yapılan araştırmada da sporun sadece bireyin elde ettiği başarı ile sınırlı olmadığı belirtilmiş, bu kapsamda sporun toplumsal yapıyı birçok açıdan etkileyen geniş kapsamlı bir olgu olduğu ifade edilmiştir. Koca (2012) tarafından yapılan araştırmada da spor etkinliklerinin toplumsal açıdan incelendiği zaman ekonomi, politika, eğitim ve aile gibi toplumsal kurumlarla yakından ilişkili bir unsur olduğu belirtilmiştir.

Yetim'e (2005) göre, dünyanın her yerinde spora katılımın ve spor etkinliklerini izleyenlerin oranının artması sporu sosyal hayatın ayırt edici bir özelliği yapmaktadır. Toplumların her açıdan gelişmeleri toplumu oluşturan bireylerin sağlıklı ve mutlu bir yaşam tarzına sahip olmaları ve refah seviyelerinin yükselmesi ile mümkündür. İnsanların refah düzeylerinin yüksek olması ise beden ve ruh sağlıklarının devamlılığı ile yakından ilişkilidir. İnsanların istenilen refah düzeylerine ulaşmalarında ve mutlu bir hayat sürmelerinde beden eğitimi ve spor etkinlikleri büyük bir işleve sahiptir. Bunun yanında spor etkinlikleri toplum ve fert ilişkilerini geliştiren, buna paralel olarak toplumun yüceltilmesinde önemli bir işleve sahiptir (Yetim, 2005).

Sporun toplumsal faydalarının temelinde spor etkinliklerinin içerisinde barındırdığı bazı fonksiyonlar yatmaktadır. Sporun toplumsal açıdan sahip olduğu fonksiyonların başında moral değerleri yüksek, mutlu, çalışkan, sağlıklı, dinamik ve çağdaş bir toplum yaratmak, toplumsal sorumluluk bilinci yüksek erdemli, ahlaklı, faziletli nesiller yetiştirmek, toplumun her kesimini dinamik ve zinde tutmak gibi amaçlar gelmektedir (Küçük, 2012).

Spor etkinliklerine katılımın sosyal gelişimi desteklemesi toplumun sosyal yönden gelişip kalkınmasına da katkı sağlamaktadır (Kara, 2006). Geçmiş dönemler incelendiği zaman, spor etkinliklerinin toplumların sosyal ve kültürel yapıları içerisinde önemli bir yer tuttuğu, spor etkinliklerinin toplumlar açısından sosyal bir müessese haline geldiği bilinmektedir (Aslan ve Okumuş, 2003).

Spor etkinliklerine katılım toplumsal kimlik gelişiminin desteklenmesinde oldukça önemlidir. Özellikle toplumsallaşma süreçlerinde düzenli spor etkinliklerine katılım toplumun ihtiyacı olan ortak inanç, hareket ve davranış kalıplarının oluşmasına katkı sağlamaktadır (Koca, 2012).

2.2. *Tenis Nedir?*

Tenis, sert ve düzgün bir zeminde raket ve top ile ortasında 91 cm yüksekliğinde file bulunan sahada oynanan bir oyun türüdür (Kermen, 2002). İmamoğlu'na (2009) göre tenis, hem müsabaka hem de rekreasyonel amaçlarla herkesin hayatı boyunca oynayabileceği bir spor dalıdır.

Diğer spor dallarında olduğu gibi tenis sporu da yüksek performans, motorik özellik, teknik beceri ve taktik anlayışı gerektirmektedir. Tenis sporunda müsabaka esnasında estetik görüntülerin sergilenmesi tenisin seyir zevki yüksek bir spor dalı olmasına katkı sağlamaktadır. Tenisin bu özellikleri son yıllarda tenisin tüm dünyada hızla yayılmasına ve ciddi bir izleyici kitlesine ulaşmasına katkı sağlamıştır. Hatta dünyanın birçok yerinde ciddi ödülleri verildiği tenis organizasyonları yapılmakta, ülkeler tenis sporu sayesinde kendilerini turistik anlamda tanıtmakta ve sporcularının başarılarını sergilemektedirler (Ölçücü ve diğerleri, 2012). Profesyonel düzeyde oynanan tenis sporu bir kenara konulduğu zaman tenis sporu aynı zamanda insanların sıklıkla tercih ettikleri bir serbest zaman etkinliği olarak değerlendirilmektedir (İmamoğlu, 2009).

Son yıllarda tenis organizasyonları tüm dünyanın dikkatini çekmeye başlamış, geniş katılımlı tenis müsabakaları yapılmaktadır. Uluslararası Tenis Federasyonu (ITF) tarafından oluşturulan ve düzenlenen turnuvalara farklı yaş gruplarından ve klasmandan sporcular katılmaktadır. Bu kapsamda günümüzde Grand Slam ve Olimpik tenis küçükler, tekerlekli sandalye ve büyükler gibi takım oyunlarıyla

Uluslararası Tenis Federasyonu'nun başlangıç düzeyinde erkekler ve bayanlar yarışmalarına kadar değişik dallarda tenis müsabakaları düzenlenmektedir. Tenis Profesyonelleri Birliği (ATP) ve Bayanlar Tenis Birliği (WTA) yaklaşık 40 ülkede 140 civarında tenis müsabakası düzenlemektedir. Gerçekleştirilen müsabakalarda hem ciddi para ödülleri verilmekte hem de dünya sıralaması oluşturulmaktadır (Işık, 2009).

Tenis sporunda gerek antrenman gerekse de müsabaka boyunca yüksek fiziksel ve motorsal performans sergilemek gerekmektedir. Bu durum tenis oyuncularının sahip olacakları fiziksel uygunluk unsurlarının yüksek olmasını zorunlu kılmaktadır. Teniste yüksek aerobik ve anaerobik performans, hızlı yön değiştirme, hamleler ve koşular bulunmakla beraber tenisin rakibe temassız bir spor dalı olması söz konusu motorsal özelliklerin uygun antrenman modelleri ile geliştirilmesi oldukça önemlidir (Özcan, 2011). Bunun yanında tenis sporuna katılım da fiziksel ve motorsal performansın gelişmesine katkı sağlamaktadır (Ölçücü ve diğerleri, 2012).

Diğer spor dallarında olduğu gibi tenis sporunda da kondisyonel özellikler teknik ve taktik ile birlikte kullanılmaktadır. Bu nedenle tenis oyuncularının sadece kondisyonel özellikleri değil, aynı zamanda teknik ve taktik anlayışları da geliştirilmeye çalışılmaktadır. Geçmiş yıllarda iyi bir tenis oyuncusu olabilmek için sadece tenis oynamanın ve maç yapmanın yeterli olacağı düşünülmüştür. Günümüzde ise iyi bir tenis oyuncusu olabilmek için sadece tenis becerisine sahip olmak yeterli değildir. Tenis oyuncularında fiziksel uygunluk, dengeli beslenme ve zihinsel hazırlık gibi unsurlar da müsabaka performansı üzerinde belirleyici olmaktadır. Şüphesiz tenis müsabakalarında kondisyonel özellikleri daha yüksek olan oyuncular rakiplerine göre daha avantajlıdır. Çünkü kondisyon düzeyi yüksek olan oyuncular rakiplerine göre daha hızlı hareket eden, daha az yorulan, daha çabuk toparlanabilen, yaralanma riskleri düşük ve kuvvette devamlılık düzeyleri yüksek bir yapıya sahiptirler (Ölçücü, Cenikli, Kaldırımçı, Bostancı, 2011). Tenis oyuncularının kondisyon düzeylerinin yüksek olması topa vuruş hızlarını da olumlu yönde etkilemektedir (Akşit, 2012).

2.2.1. Tenis Sporunun Tarihsel Gelişimi

14. yüzyılda el içi vurularak oynanan “Jeu de Paume = Palm Game” özellikle Fransa’da oldukça popüler bir hale gelmiştir. Özellikle sarayda oynanan oyun daha sonra halk arasında da yaygın hale gelmiştir. El tenisi olarak da bilinen bu oyun 10x30 m ebatlarındaki sahalarda oynanırdı. Sonraki yıllarda yanlarda bulunan sektirme duvarları kaldırılmış ve oyun açık alanda oynanmaya başlamıştır. Bu oyun günümüzdeki squash oyununun benzeri olarak bilinmektedir (Kermen, 2002).

İlk ortaya çıktığı dönemlerde avuç içi oyunu olarak bilinen tenis sporu ilk olarak XIII. yüzyılda Fransa’da kralın huzurunda oynanan bir oyun olarak ortaya çıkmıştır. Tenis oyununun İngiltere’de ilk olarak VIII. Henry zamanında oynandığı bilinmektedir. Söz konusu dönemlerde avuç içi oyunu olarak bilinen tenis genellikle saray içindeki soylular tarafından oynanan ve sarayların içinde giderek yaygınlaşan bir oyun haline gelmiştir. Bu dönemde tenis topu içinde yün yumak ya da kıl doldurulmuş koyun derisinden yapılan bir yapıya sahip olup, oyuncular raket olmadığı için elleri ile tenis oynamışlardır. Topa sürekli el ile vurulduğu zaman sürekli olarak ellerde acı hissi oluşması zamanla topa vurmak için tokaçlar ve küreklerin geliştirilmesine zemin hazırlamıştır. Bir süre sonra deriye gerilmiş teller ve saplı kasnaklarla topa vurulmaya başlanılmıştır. 19. Yüzyılda tenis oyunu İngiltere’de bazı değişikliklere uğramıştır. İlk dönemde 1 günün 24 saat olmasından yola çıkılarak (esinlenerek) 24 oyundan oluşan tenis maçları, öncelikle 12, sonraları ise 6 oyunlu 3 dizi üzerinden oynanmaya başlanmıştır. Sayılar ise günün 24 saatinden bir saati dörde bölerek 15, 30, 40, 60 şeklinde oluşturulmuştur. Sayı 40 olduktan sonra “oyun” demek adet haline gelmiştir. Tenisin sayı sayma sistemine ilişkin değişiklikler 18. yüzyılda tamamlanmıştır. Tenis oyununun standart raketler ve toplar ile oynanmaya başlaması 1875’lerden sonrasına denk gelmektedir. 1872 yılında ilk çim kortlu tenis kulübü Harry Gem ve J.B. Perrara tarafından Birmingham’da kurulmuş olup, ilk tenis şampiyonası 1877’de Wimbledon’da (İngiltere) düzenlenmiştir. Bu şampiyona aynı zamanda günümüzde de büyük prestije sahip olan Wimbledon tenis turnuvasının başlangıcını oluşturmaktadır. 1883 yılında tenis kortunun boyutlarına standart ölçüler getirilmiştir. 1883 yılının temmuz ayında Amerikalı Clark kardeşler ile İngiliz ikizler Renshawlar arasında oynanan müsabaka ilk resmi maç olarak tarihe

geçmiştir. Bayanlar arasında gerçekleştirilen ilk tenis müsabakası ise 1884 yılında yapılmıştır (Can, 2007).

1873 yılında ilk olarak Wingfield tarafından tenisin patenti alınmaya çalışılmıştır. Patenti alınmaya çalışılan tenis oyununda saha günümüzdeki gibi dikdörtgen değil, kum saatine benzer bir biçimdeydi. Diğer bir ifade ile kortun ortası çok ince, yanları ise oldukça geniş bir yapıdaydı (Kermem, 2002). Tenisin ilk ortaya çıktığı dönemlere ilişkin tenis kortları bazı ülkelerde hala bulunmakta, insanlar tarafından da ziyaret edilebilmektedir (Urartu, 1996).

1850 yılında India Rubber topun icadının modern tenis sporunun başlangıcı olduğu kabul edilmektedir. Çim kortlarda tenis oynamanın da İngiltere'de 1830'lu yıllarda Edwin Budding tarafından çim biçme makinesinin icat edilmesinden sonra yaygınlaştığı belirtilmektedir (Urartu, 1996). Tenis oyununun 1874 yılında Amerika ve Avustralya'ya atıldığı, 1875 yılında ise tüm dünyada tanındığı bilinmektedir. Bu dönemde Wimbledon dünya çapında tanınan bir organizasyon haline gelmişken, Amerika'da tenisin öncülüğünü bayan M. A. Outerbridge, daha sonraki yıllarda ise bayan tenisçiler dünya birinciliği bulunan Whiteman yapmıştır (Kermen, 2002).

20. yüzyılda tenis oyununun giderek popüler hale geldiği, 1913 yılının ise çim sahaların popülerliğinin arttığı yıl olduğu belirtilmektedir. Bu dönemlerde erkeklerin kortlara uzun pantolonlar, bazen uzun çoraplar ve yarım pantolonlar, bol tişörtler veya ceketler, kravat ve şapkalarıyla çıktığı görülmüştür. Bu dönemde kadınların ise yere kadar uzun yazlık ve yakaları fular elbiseler ile tenis oynadıkları bilinmektedir. Bunun yanında kadınların belleri dar veya sıkı korsellerle bağlanmış kıyafetler giydikleri ifade edilmektedir. Yine bu dönemlerde tenis oynayanların tamamının beyaz elbiseler giydikleri, hatta İngiltere de tenisin beyaz elbise ile oynanmasının koşul haline geldiği bilinmektedir (Urartu, 1996).

20. yüzyıl tenisin örgütlenmesinde de büyük bir yere sahiptir. Uluslararası Tenis Federasyonu 26 Ekim 1913 yılında kurulmuş, federasyonun ilk kuruluşunda 12 ülke yer almıştır. Günümüzde Uluslararası Tenis Federasyonuna üye 150 ülke bulunmaktadır (İmamoğlu, 2009).

Günümüzdeki tenis oyun kurallarının resmi hale getirilerek standartlaştırılması da tarihsel süreç içerisinde gerçekleşmiştir. Günümüzde erkekler tenis müsabakalarının kuralları Association of Tennis Professional (ATP), kadınların tenis müsabaka kuralları ise Woman Tennis Association (WTA) tarafından belirlenmektedir (Kermem, 2002).

2.2.2. Türkiye de Tenis Sporunun Tarihsel Gelişimi

Türkiye’de tenis 1900’lü yıllarda, İngiliz diplomatlar aracılığı ile getirilmiş, 1905’li yıllarda İzmir, Bornova ve Karşıyaka’da Levantenler arasında tenis oynandığı bilinmektedir. İlerleyen yıllarda Simonds, Jack Seoger, Binnis ve Weisadındaki İngilizler, Kadıköy’de de bir tenis kulübü kurarak küçük Moda’daki tenis kortunda müsabakalar düzenlemişlerdir. Bunu Maçka Palas Kortu, Güzelbahçe’deki Mon Ceri’nin Kortu, Çınar Caddesindeki Barba’nın Kortu, Rumeli caddesindeki Yahya’nın Kortu, Harbiye Orduevi Kortu, Güneş Kulübü Kortları, Cihangir ve Tarabya Kortları izlemiştir (Can, 2007).

Türkiye’de tenis eğitimi özellikle 1950’li yıllardan itibaren Avusturyalı, Avusturyalı, Rus ve Amerikan IFT (International Tennis Federation) eğitim kültür merkezinden Mac Curdy, Kanada’dan J. Brabnek’in vermiş oldukları kurslar ile gelişmiştir. 1980’li yıllarda Almanya, Çekoslovakya, İsveç üçgenine dayalı ve federasyon otoritesi dâhilinde Aile Eğitim Bakanlığı iş birliği ile 8-18 yaş grubundan seçilen oyunculara 10 yıl tenis eğitimi verilerek ülkemizde ekol oluşturulmaya çalışılmıştır (Kermen, 2002).

Türkiye’de tenis sporu uzun yıllar boyunca belirli bir gelir grubunun sporu olarak değerlendirilmiştir. Ancak dünyanın birçok ülkesinde ekonomik durumu ülkemize yakın olan hatta daha kötü ekonomik koşullara sahip ülkelerde bile tenis sporu ciddi düzeyde gelişmiştir. 1992 yılında gerçekleştirilen Barcelona olimpiyatlarının ardından tenisin önemli bir kitle sporu olacağı düşünülmüştür. Olimpiyatlar için inşa edilen tenis kortları ve kompleksleri daha sonra halka açılmış, bu durum tenisin kitle sporu olmasına zemin hazırlamıştır. Buna paralel olarak son yıllarda kortlarda dünyaca ünlü İspanyol tenis oyuncuları görülmeye başlanmıştır. Geçmiş yıllarda yüksek sosyo-ekonomik yapıya sahip ülkeler iyi tenis oyuncuları yetiştirirken, günümüzde ünlü tenis oyuncuları yetiştirmekten uzaktırlar. Söz

konusu örnekler, tenisin sadece yüksek gelir düzeyine sahip ülkelerde oynanan bir oyun olduğu görüşünü ortadan kaldırmaktadır (Kabasakal, 2006). Ülkemizde de son yıllarda tenis kulüplerinin sayısının arttığı, tenis kulüplerinin sporcuları uluslararası platformlara taşımak için girişimlerde buldukları bilinmektedir (Yıldırım ve Sunay, 2009). Ülkemizde lisanslı olarak tenis oynayan birey sayısının da sürekli olarak artmaya başladığı belirtilmektedir (İmamoğlu, 2009).

2.2.3.Tenis Sporunda Kullanılan Bazı Terimler

Tenis sporuna özgü olarak oyun esnasında kullanılan bazı terimler bulunmaktadır. Tenis sporuna özgü bazı terimleri şu şekilde sıralamak mümkündür;

Sayı: Teniste oyun, set ve maç almak için elde edilen skorlar sayı olarak tanımlanmaktadır. Tenis sporunun sayı sayma tekniği diğer spor dallarına göre oldukça farklıdır. Söz gelimi, kazanılan sayılan voleybol veya masa tenisi gibi spor dallarında “1, 2, 3, 4, 5, 6” diye devam ederken teniste her kazanılan sayı “15, 30 40” ve “oyun” şeklinde sayılmaktadır. Eğer oyun 6-6 beraberlikle devam ediyorsa kazanılan sayılan 1, 2, 3, 4 , 5, 6, 7 şeklinde sayılmaktadır (Kermen, 2002).

Zamanlama (Timing): Teniste topa doğru zamanda vurabilmek için vücut ağırlığından uygun zamanda faydalanma olarak tanımlanmaktadır (Urartu, 1996).

Ace: Atılan servisin rakip tarafından karşılanamaması durumunda kazanılan direkt sayıdır (www.teniskortlari.gen.tr).

Advantage: Berabere olan oyunlarda oyuncunun ilk aldığı sayıdır (www.teniskortlari.gen.tr).

Baseline: Tenis kortunun her iki tarafında fileye 11.38 m. uzaklıkta bulunan ve sahanın sınırlarını belirleyen çizgidir (www.teniskortlari.gen.tr).

Centre Mark: Kortun arka çizgisini ortadan ikiye ayıran ve oyuncunun servis kullandığı bölgedir (www.teniskortlari.gen.tr).

Çapraz Vuruş: Tenis topunun kortun çaprazından diğer sahanın çaprazına düşmesidir (www.teniskortlari.gen.tr).

Çift Hata: Servis atışı sonrasında iki defa da topun fileye takılması veya servis kutularına düşmemesidir (www.teniskortlari.gen.tr).

Deuce: Teniste kazanılan sayıların eşit (berabere) olma durumudur (www.teniskortlari.gen.tr).

Paralel Top: Topun kortun sağ ve solunda bulunan çizgilere paralel olarak düşmesidir (www.teniskortlari.gen.tr).

Drive: File önüne gelen oyuncuyu geçmek amacıyla yapılan sert vuruştur (www.teniskortlari.gen.tr).

Drop Shot: Rakip sahada file yakınına düşen ve yere düştüğü andan itibaren topun fazla sıçramadığı vuruşlardır (www.teniskortlari.gen.tr).

Game: Maç esnasında bir sette yer alan tüm oyunları ifade etmektedir (www.teniskortlari.gen.tr).

Yarım Vole: Top yere temas ettikten sonra yapılan arka alan vuruşudur (www.teniskortlari.gen.tr).

Kick Serve: Topun beklenmeyen bir yere doğru sekmesini sağlayan sert servis vuruşudur (www.teniskortlari.gen.tr).

Love: Teniste puan alamama durumudur (www.teniskortlari.gen.tr).

Match Point: Oyuncunun maçı kazanmak için alacağı son sayıdır.

Passing Shot: File önüne gelen bir oyuncuyu geçmek için atılan toplardır (www.teniskortlari.gen.tr).

Rally: Servis atışı yapıldıktan sonra oyun alınıncaya kadar devam eden karşılıklı vuruşlardır (www.teniskortlari.gen.tr).

Return: Rakibin attığı servisi karşılama vuruşudur (www.teniskortlari.gen.tr).

Second Serve: Atılan ilk servisin hatalı olması durumunda oyuncunun attığı ikinci servistir (www.teniskortlari.gen.tr).

Servis Vole: Servisi atan oyuncunun top rakipten dönmeden fileye koşarak vole vuruşu ile puan almaya çalışmasıdır (www.teniskortlari.gen.tr).

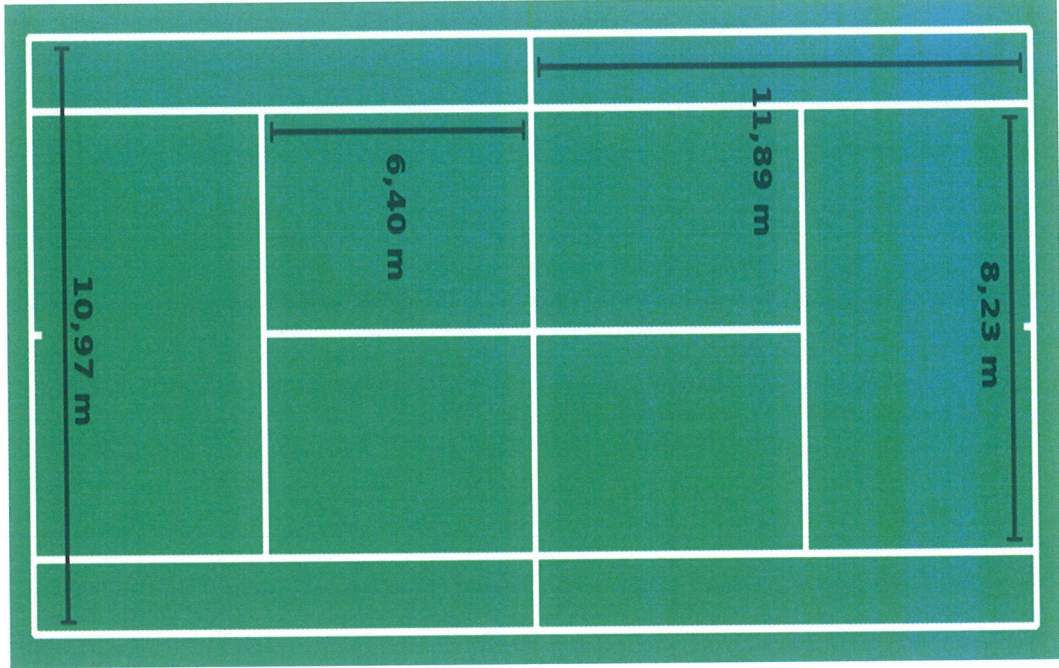
Servis Line: Servis atışı esnasında servis sınırını belirleyen çizgidir (www.teniskortlari.gen.tr).

Set: Tenis maçlarında her biri altı oyundan oluşan bölümlerdir (www.teniskortlari.gen.tr).

2.2.4. Tenis Kortlarının Özellikleri

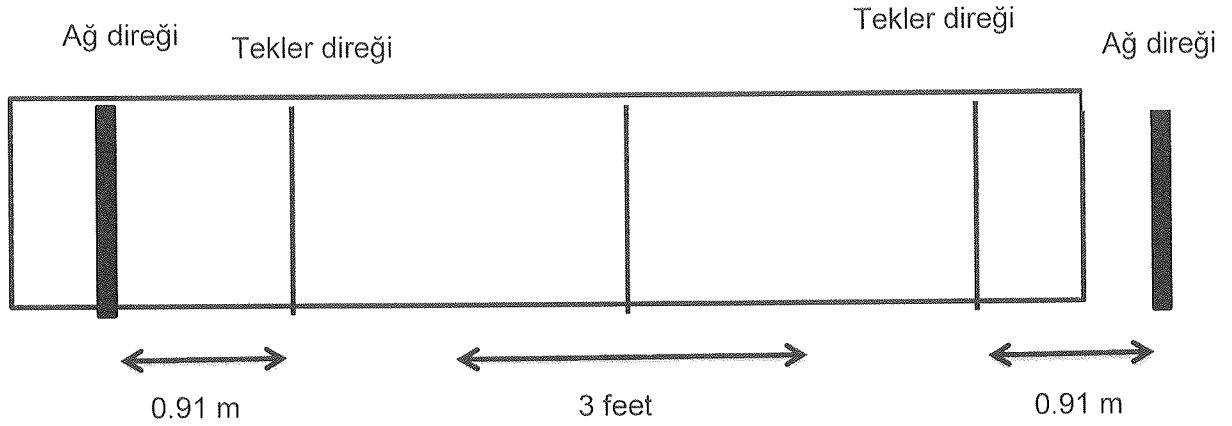
Tenis kortu 8.23 x 23.77 m boyutlarında dikdörtgen bir şekle sahiptir (Kermen, 2002). Tenis sporu geçmiş yıllarda sadece çim zeminde oynanırken günümüzde asfalt, beton, suni çim, toprak, halı veya daha farklı zeminlerin de kullanıldığı

görülmektedir. Teniste kort zemini oyun akışını etkileyen bir unsurdur. Asfalt ve sıkıştırılmış toprak zeminlerde tenis oynanırken genellikle yavaş savunma oyunu tercih edilmekte, çim sahalar başta olmak üzere yumuşak saha zeminlerinde ise hızlı hücum oyunları tercih edilmektedir (Kabasakal, 2005).



Şekil 2. 1. Tenis Kortunun Ölçüleri

Tenis kortunun ortasında bulunan ağ direklerdeki kol kullanılarak gerginleştirilmektedir. Müsabakalarda ağın merkezden yüksekliğinin standartlara uygun olup olmadığı kontrol edilmektedir. Ağın merkezden yüksekliğinin 0.91 m (3 feet) olması gerekmektedir. Ağ, genellikle oyun esnasında direklerin gerginliğini aldığı için aşağıya doğru kayabilmektedir. Bunun yanında ağın rüzgâr vb. etkenlerden dolayı yıpranmaması için oyun dışı zamanlarda korunması gerekmektedir. Kortun kenarlarında bulunan, tekler ve çiftler sahasını belirleyen çizgiye tramlines (yan çizgiler) denilmektedir. Teniste direkler her zaman kortun 3 feet uzağında bulunmaktadır. Tekler kortu çiftler kortundan 4.5 feet daha dardır (Kabasakal, 2005).



Şekil 2. 2. Tenis Kortunda Yer Alan Ağ ve Ölçüleri

Teniste kortların sahip oldukları zemin türü oyun tekniklerini ve topun yerden sekme özelliklerini etkilemektedir. Toprak kortlarda top yere temas ettikten sonra yüksek ve yavaş gelmektedir. Bu nedenle toprak kortlarda oynamak sabır gerektiren bir durumdur. Toprak kortların dış unsurlara bağlı olarak kolay aşınmaları yerden seken topların anormal bir biçimde sağa ve sola sıçramalarına neden olabilmektedir. Beton ve asfalt kortlarda top yere temas ettikten sonra orta şiddetten yüksek şiddete doğru süratlenmektedir. Çim zemine sahip kortlarda ise oyun oldukça hızlı oynanmaktadır. Çünkü top yere temas ettikten sonra hem alçaktan hem de süratli gitmektedir. Bu nedenle çim kortlar servis vole oyunu için oldukça idealdir (Urartu, 1996).

2.2.5. Teniste Kullanılan Temel Vuruş Şekilleri

Tenis sporunda müsabaka esnasında spor dalına özgü kullanılan bazı vuruş çeşitleri vardır. Tenis sporuna ait vuruş şekilleri aşağıda sıralanmıştır.

- Yerden vuruş: Top yere temas ettikten sonra topa vurulmasıdır.
- Vole: Top yere temas etmeden önce topa vurulmasıdır.
- Baştan yukarı vuruş: Oyuncuların smaç veya servis amacıyla topa başlarının üzerinden vurmalarıdır.
- Spin vuruş: Topa üstten eğimli olarak yapılan vuruş şeklidir.
- Topspin vuruş: Topu aşağıdan yukarıya doğru dönecek şekilde gerçekleştirilen vuruştur.
- Underspin: Topspin vuruşun tersi niteliğindedir, vuruştan sonra top geriye doğru dönerek rakip sahaya gider.

- Yana dönüşlü toplar: Bu dönüş raketin aşağı, arkadan, yukarı ve öne hareketi ile sağlanan, raketin topa teğet olarak temas ettiği, vuruş esnasında vücudun kendi etrafında döndüğü vuruş türüdür.
- Spinsiz top: Vuruştan sonra havada dönmeyen ve havada yavaşlayarak topun yere düşmesidir (Urartu, 1996).
- Lob vuruş: Rakibin üzerinden topun aşırılması amacıyla yapılan vuruş türüdür (Urartu, 1996). Lob vuruşlar genellikle rakip oyuncu file önüne yaklaştığı zaman rakibi geçmek için atılan vuruşlardır (www.teniskortlari.gen.tr).
- Servis: Teniste oyuna başlama vuruşudur (Urartu, 1996).
- Forehand Vuruş: Teniste raket tutan elin avuç içi karşıya (vuruş yönüne) gelecek biçimde gerçekleştirilen vuruş türüdür. Forehand vuruşta kol gergin bir şekilde geriye çekilirken bacaklar birbirine paralel olacak şekilde hafif bükük durmaktadır. Gerilen raket aşağıdan giderek hafif bükülmüş dizin tam önünde durur, bu pozisyonda topa vuruş gerçekleştirilir.
- Backhand vuruş: Bu vuruş türünde raket iki el ile geriye doğru çekilir. Raket geriye çekildikten sonra raketin yüzü karşıyı gösterir. Raket çekilirken dizler paralel bir biçimde hafif bükülür. Topa dizin biraz önünde raket iki elle vuruş gerçekleştirilir. Topa vuruş gerçekleştikten sonra raket iki elle boyuna doğru çekilir (tr.wikipedia.org).
- Smaç: Fileye yaklaşan oyuncunun rakip sahadan gelen topu sert bir şekilde korta vurmasıdır (www.teniskortlari.gen.tr).

2.2.6. Tenis Sporunda Kullanılan Malzemeler

Tenis sporunda spor dalına özgü kullanılan bazı malzemeler bulunmaktadır. Teniste kullanılan temel malzemelere ilişkin bilgiler aşağıda sıralanmıştır.

Tenis raketi: Tenis racketleri geleneksel olarak tahtalardan yapılır, etrafına bağırsaktan yapılmış kiriş geçilirken, günümüzde tenis racketlerinin çerçeveleri alüminyum veya fiber karbon maddelerden yapılmakta, tellerin yapımında ise naylon kullanılmaktadır. Raket tellerinde kullanılan bağırsak naylonu göre daha uyumlu olsa da, sık kırılan ve nemden etkilenecek gevşeyen bir özelliğe sahiptir. Tenise yeni başlayanlar genellikle 19 inçten (48.26 cm) başlayan tenis racketlerini

tercih etmektedirler (Kabasakal, 2005). Tenis racketlerinde isabetlilik ve kontrol sorunu tellerin düzenine, çerçevenin kesitine ve kullanılan malzemeye göre farklılık göstermektedir. Raketlerin vuruş esnasında yüksek titreşim oluşturması eklemlerde önemli rahatsızlık ve sakatlıklara zemin hazırlayabilmektedir (Kermen, 2002). Tenis racketlerinden beklenen dört önemli husus bulunmaktadır. Bunlar;

- Vuruşlarda kontrol,
- Vuruşlarda istikrar,
- Vuruşlarda isabetlilik,
- Vuruşlarda güçtür (Kermen, 2002).



Şekil 2. 3. Tenis Raketini

Tenis oynayan bireyler racketlerinde sürekli olarak kontrol, azalmış titreşimler ve ek kuvvet ile ilgilenmektedirler. Bunun yanında gelen her topa mümkün olduğu kadar racketin ortası ile vurmaya isterler. Diğer bir ifade ile topa vururken racketin ellerinin içinde dönmemesini beklerler. Bu nedenle Howard Brody geliştirdikleri Prince model racketlerin kafasını geniş yapmıştır (Kermen, 2002).

Tenis topu: Temel yapı malzemeleri kauçuk olan tenis toplarının etrafı (dış yüzeyi) elyaf ya da yün ile kaplıdır. Tenis toplarında dekoratif dikiş yerleri bulunmasına rağmen toplarda dikiş yer almamaktadır. Geleneksel tenis topları uzun yıllar boyunca beyaz renkte kullanılmıştır. Günümüzde ise beyaz topların yerini sarı toplar almıştır. Tenis toplarının yıpranması durumunda topların

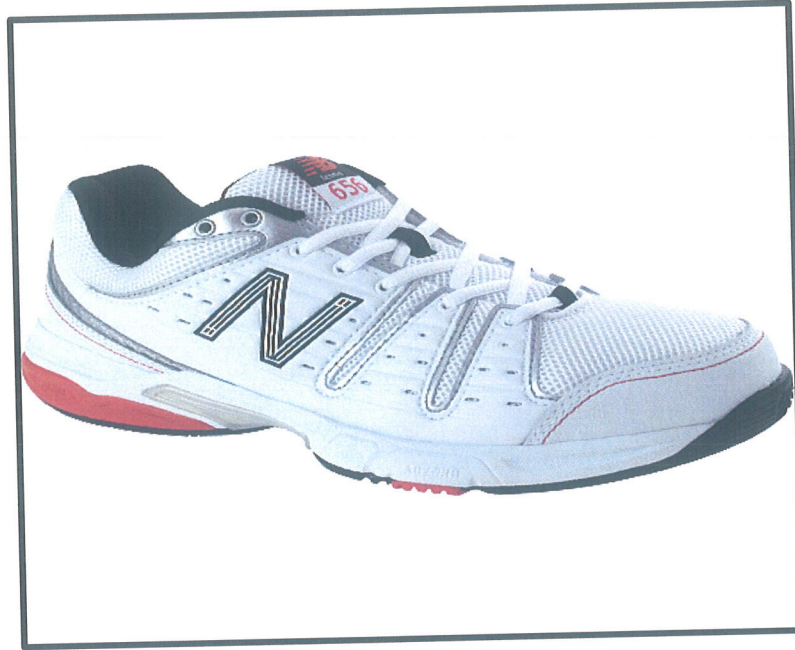
kontrolünün sağlanması da güçleşmektedir. Tenis topları sıkıştırılmış malzemedен yapılmakta olup, standart ölçülerde bir top 2.54 m mesafeden yere bırakıldığı zaman 1.48 m yüksekliğe zıplamalıdır (Kabasakal, 2005).



Şekil 2. 4. Tenis Topu

Tenis oynayan bireyler top seçimi yaparken isteklerine ve tenis oynama amaçlarına göre topları tercih edebilmektedirler. Zevk için tenis oynayan bireyler genellikle daha kalıcı ve dayanıklı olan sıkıştırılmış topları tercih etmektedirler. Günümüzde tenise yeni başlayanlar için az sıkıştırılmış, daha az ve yavaş zıplayan tenis topları da bulunmaktadır (Kabasakal, 2005). Topların sürtünme katsayıları sert kortlarda 0.61 iken, sentetik kortlarda 0.49'dur (Kabasakal, 2005).

Tenis kıyafetleri: Tenis oyunu yüksek düzeyde esneklik ve hareketlilik gerektiren bir spor dalıdır. Bu nedenle tenis oyuncularında hareket serbestliği sağlayan, ter emici özelliği bulunan kıyafetler ve spor ayakkabıları kullanılmalıdır. Teniste geleneksel olarak beyaz kıyafetler tercih edilirken günümüzde renkli kıyafetlerle tenis oynayanlarında sayısı artmaktadır. Teniste kıyafetlerin renklerinden ziyade rahatlıkları ön plandadır. Açık alanlarda tenis oynanırken sporcular ısınmak için eşofman da kullanılmaktadırlar. Teniste mutlaka zemine uygun tenis ayakkabısı ve tenis çorapları kullanılmalıdır (Kabasakal, 2005).



Şekil 2. 5. Tenis Ayakkabısı

Tenis kortlarının çoğunun sert zemin olması oyuncuların alt ekstremitte bölgelerinin zarar görmesine neden olabilmektedir. Bu nedenle ayakkabıların içinde bulunan tabanlara benzeyen takviyeli çoraplar tercih edilmektedir. Yüksek düzeyde hareketlilik gerektiren tenis sporunda oyuncular fazla terleyecekleri için genellikle bileklik, saç bandı, raket sapını tutmak için havlu tutaklar kullanmaktadırlar (Kabasakal, 2005). Teniste kullanılan kıyafetler vücut ısısını koruyan, havalandırma sağlayan, hidrofil pamuk ipliğinden imal edilmiş olmalıdır. Şortların malzemesinin de mümkün olduğu kadar kumaştan ziyade sentetik veya pamuk iplikten yapılması önemlidir (Kermen, 2002).

2.3. İlgili Araştırmalar

Ölçücü ve diğerleri (2012) tarafından yapılan araştırmada üniversiteler arasında gerçekleştirilen tenis müsabakalarına katılan sporcuların tenis sporuna başlama nedenlerinin ve tenisten beklentilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 2010-2011 öğretim yılında üniversiteler tenis turnuvasına katılan 82 erkek ve 68 kadın olmak üzere toplam 150 tenis oyuncusu katılmıştır. Araştırmaya katılan sporcuların tenis sporuna yönelmelerinde en önemli faktörlerin sırasıyla aile, dünyaca ünlü bir sporcu olma isteği, milli sporcu olma ve çok beğendikleri bir sporcunun etkisinin geldiği belirlenmiştir. Sporcuların tenis ile profesyonel düzeyde ilgilenme nedenlerinin başında sırasıyla tenis sporunu sevme, başarı

kazanmaktan zevk duyma, spor yaparak sağlıklı olma ve mutluluğu tenis sporunda yakalama gibi seçeneklerin geldiği tespit edilmiştir. Katılımcıların tenis sporundan beklentilerinin başında ise sağlıklı olma ve sağlığını koruma, iyi bir fiziksel görünüme sahip olma, tenis sporu sayesinde yurt dışındaki üniversitelerde burslu okuma gibi beklentilerin geldiği belirlenmiştir.

Akça (2012) tarafından yapılan araştırmada özel spor merkezlerinde spor yapan bireylerin spora yönelme nedenlerinin ve beklentilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin özel spor merkezlerinde spora yönelme nedenlerinin başında arkadaş faktörünün, ikamet edilen bölgenin, ailenin, işyeri ve okul faktörünün geldiği tespit edilmiştir. Katılımcıların spordan beklentilerinin başında ise form tutmak, sağlıklı olmak, hareket etmek, stres atmak, yeni deneyimler kazanmak gibi beklentilerin geldiği sonucuna ulaşılmıştır.

Yıldırım ve Sunay (2009) tarafından yapılan araştırmada Türkiye'de performans tenisi yapan tenis oyuncularının tenise yönelme nedenlerinin ve tenisten beklentilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya ulusal düzeyde yarışması olan toplam 400 tenis oyuncusu katılmıştır. Araştırmanın sonunda tenis oyuncularının bu spora yönelme nedenlerinin başında aile, milli sporcu olma isteği, beğenilen bir sporcu olma isteği, dünyaca ünlü bir tenis oyuncusu olma isteğinin geldiği belirlenmiştir. Tenis oyuncularının bu spor dalı ile profesyonel olarak ilgilenme nedenlerinin başında tenisi sevmeye, farklı ülkeleri görme isteği, başarı kazanmaktan haz alma, mutluluğu tenis sporunda yakalama gibi tercihlerin geldiği belirlenmiştir. Tenis oyuncularının tenisten beklentilerinin başında ise ünlü bir tenis oyuncusu olma ve tenis sayesinde yurt dışı eğitim bursu alma gibi beklentilerin geldiği tespit edilmiştir.

İmamoğlu (2009) tarafından yapılan araştırmada Samsun ilinde tenis sporu ile ilgilenen sporcuların bu spor dalına yönelme nedenlerinin araştırılması amaçlanmıştır. Araştırmaya Samsun ilinde 2008-2009 yıllarında Anakent Sosyal Tesisleri, Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü Tesisleri ile Ondokuz Mayıs Üniversitesi'ndeki tenis kortlarında tenis oynayan 182 birey katılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin tenis sporuna yönelme nedenlerinin başında ailenin teşvik etmesi, arkadaş grubunun teşvik etmesi, kitle iletişim araçlarının, yaşanılan çevrede tenise olan ilgi, hareket etme ihtiyacının karşılanması ve sağlık kazanma

gibi unsurların geldiği belirlenmiştir. Araştırmada tenis sporu ile ilgilenen bireylerin orta ve yüksek gelir düzeyinde oldukları tespit edilmiştir. Katılımcıların tenis sporundan beklentilerinin başında ise oyun oynamak, eğlenmek, iyi bir fiziki görünüme sahip olmak, stres atmak, performansı arttırmak, rahatlamak, serbest zaman aktivitesi, öğrencilerde yeni bir evre edinmek ve statü kazanmak gibi beklentilerin geldiği tespit edilmiştir.

Bayraktar ve Sunay (2007) tarafından yapılan araştırmada ülkemizde elit düzeyde voleybol sporu ile ilgilenen sporcuların spordan beklentilerinin belirlenmesi ve spora yönelten unsurların incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 2003-2004 sezonunda Türkiye I., II. ve III. Lig play-off bayan ve erkek liglerinde mücadele eden 30 voleybol kulübünden yaklaşık olarak 200 sporcu katılmıştır. Araştırmanın sonunda katılımcıların voleybol sporuna yönelmelerinde aile ve beden eğitimi öğretmeninin yüksek katkısının bulunduğu, basın yayın organlarının ise spora yönelmede düşük bir etkiye sahip oldukları tespit edilmiştir. Katılımcıların voleybol sporu ile ilgilenme nedenlerinin başında voleybol sporunu sevme ve başarı kazanmaktan zevk duyma gibi nedenlerin geldiği belirlenmiş, katılımcıların voleyboldan beklentilerinin başında ise sağlıklı olma ve sağlığını koruma ile iyi bir sporcu olarak hayatını spordan kazanma gibi beklentilerin geldiği sonucuna ulaşılmıştır.

Sunay ve Saracaloğlu (2003) tarafından yapılan araştırmada Türk sporcularını spora yönelten unsurların belirlenmesi ve spordan beklentilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya İzmir, Ankara ve Manisa illerinde lisanslı olarak spor yapan 15 spor branşından toplam 451 sporcu katılmıştır. Araştırmaya katılan sporcuların spora yönelme nedenleri ve beklentilerine ilişkin bilgiler demografik değişkenler işığında incelenmiştir. Araştırmada sporcuların ailelerinin, yakın çevrelerindeki arkadaş çevresi ve antrenörlerin spora yönlendirmede büyük role sahip olduğu belirlenmiş, televizyon ve diğer basın yayın organları gibi kitle iletişim araçlarının sora yönlendirmede düşük bir katkıya sahip olduğu tespit edilmiştir. Lisanslı sporcuların ilgilendikleri spor dalından beklentilerinin başında sağlıklı olma, iyi bir fiziksel görünüme sahip olma ve milli takıma seçilme gibi beklentilerin geldiği tespit edilmiştir. Bunun yanında sporcuların ilgilendikleri spor dalına yönelme nedenlerinin ve beklentilerinin cinsiyete göre farklılık

göstermediği, buna karşılık spor dallarına, ekonomik gelir düzeylerine ve spor yapma yıllarına göre anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

BÖLÜM III

Yöntem

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada spor bilimleri alanında sıklıkla kullanılan betimsel araştırma modellerinden “kesitsel tarama modeli” kullanılmıştır. Kesitsel tarama modeli araştırmalarda ölçümler örneklem grubu içerisinde bir defa ve anlık olarak alınmaktadır (Dönmez ve Azizoğlu, 2010). Kullanılan araştırma modeline göre araştırma grubunu oluşturan bireylerin görüşleri bir defa alınmıştır.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini; ülkemiz üniversitelerinden Burdur’da Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Isparta’da Süleyman Demirel Üniversitesi, Eskişehir’de Anadolu Üniversitesi, Uşak’ta Uşak Üniversitesi ve Antalya’da Akdeniz Üniversitesinde, tenis sporuyla uğraşan kız ve erkek öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise; üniversitede öğrenim gören 18-25 yaş aralığında olan toplam 414 gönüllü tenisçi ile sınırlandırılmıştır.

3.3. Verilerin Toplanması

Araştırmada veri toplama yöntemi olarak alanyazında geçerlilik ve güvenilirliği Yıldırım (2007) tarafından yapılmış “Türkiye’de Performans Tenisi Yapan Sporcuların Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri” anketi kullanılmıştır. Yıldırım (2007) tarafından geliştirilen ankette toplam 33 soru bulunmakta olup, anket literatür taraması yapılarak geliştirilmiştir. Kişisel bilgi formu ve ölçekler izin alınan okullarda bizzat uygulanmıştır. Toplam 500 adet anket formu dağıtılmış, bunların içerisinde 86 tanesi eksik ya da hatalı bulunarak araştırma sonuçlarına dâhil edilmemiştir.

Kullanılan veri toplama aracı 3 bölümden oluşmaktadır. Bunlar;

Tenis sporuna başlama nedenleri

Tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri

Tenis sporundan beklentiler

5'li Likert dereceleme ölçeğindeki yorumlarda aralıklar. $4/5=0.80$ formülüyle belirlenmiştir. Buna göre;

1.00-1.80 (1-Hiç)

1.81-2.60 (2-Az)

2.61-3.40 (3-Orta)

3.41-4.20 (4-Fazla)

4.21-5.00 (5-Çok Fazla) şeklinde puanlama yapılmıştır (Yıldırım, 2007).

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada kişisel bilgi formu olarak 11 sorudan oluşan anket kullanılmıştır. Kullanılan ankette öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bilgilerin tespit edilmesini amaçlayan 11 soru bulunmaktadır (Ek-1).

3.4. İstatistiksel Analiz

Araştırmada kullanılan anketlerden elde edilen verilerin analizinde SPSS 15.0 programında frekans, yüzde ve aritmetik ortalama dağılımları incelenmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların ankete verdikleri cevapların karşılaştırılmasında t-testi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

Bulgular ve Yorum

*Tablo 4. 1.
Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Üniversitelere Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları*

Üniversiteler	f	%
MAKÜ	68	16,4
UŞAK	62	15,0
ANADOLU	65	15,7
SDÜ	106	25,6
AKDENİZ	113	27,3
TOPLAM	414	100,0

Tablo 4.1'de araştırmaya katılanların %16,4'ünü Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, %15'ini Uşak Üniversitesi, %15,7'sini Anadolu Üniversitesi, %25,6'nı Süleyman Demirel Üniversitesi, %27,3' Akdeniz Üniversitesi oluşturmaktadır.

*Tablo 4. 2.
Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları*

Sınıf	Frekans	%
1. Sınıf	146	35,3
2. Sınıf	130	31,4
3. Sınıf	65	15,7
4. Sınıf	73	17,6
Toplam	414	100,0

Tablo 4.2'de katılımcıların %35,3'ü 1.sınıf, %31,4'ü 2.sınıf, %15,7'i 3.sınıf ve %17,6'ı 4.sınıfta eğitim görmektedir.

*Tablo 4. 3.
Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları*

Cinsiyet	Frekans	%
Kadın	126	30,4
Erkek	288	69,6
Toplam	414	100,0

Tablo 4.3'de katılımcıların %30,4'u kadın, %69,6'ı ise erkeklerden oluşmaktadır.

*Tablo 4. 4.
Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları*

Yaş	Frekans	%
18-21	206	49,8
22-25	187	45,2
26-30	21	5,1
Toplam	414	100,0

Tablo 4.4'de araştırmaya katılanların %49,8'si 18-21 yaş, %45,2'si 22-25 yaş, %5,1'i 26-30 yaş grubundadır.

*Tablo 4. 5.
Katılımcıların Tenis Sporuna İlgilenme Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları*

Tenis Sporuyla İlgilenme Düzeyi	Frekans	%
Profesyonel olarak ilgileniyorum (müsabakaya yönelik)	25	6,0
Tenisi sadece zorunlu dersimiz olduğu için derslerde oynuyorum	155	37,4
Tenis sporunu sadece serbest zamanlarımı değerlendirmek için oynuyorum	146	35,3
Tenisi uzmanlık dersi olarak gördüğüm için oynuyorum	88	21,3
Toplam	414	100,0

Tablo 4.5'de katılımcıların tenis sporu ile ilgilenme nedenlerinin sırasıyla tenisin zorunlu ders olmasının, serbest zamanlarını değerlendirme amacının, tenisi uzmanlık alan dersi olarak almanın ve profesyonel amaçla ilgilenmenin geldiği belirlenmiştir.

Tablo 4. 6.

Katılımcıların Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Ekonomik Durum	Frekans	%
900 TL ve altı	26	6,3
901-1500 TL arası	104	25,1
1501-2000 TL arası	140	33,8
2001 TL ve üzeri	144	34,8
Toplam	414	100,0

Tablo 4.6'da katılımcıların %6,3'ünün ailesinin ortalama aylık geliri 900 TL ve altında, %25,1'inin 901- 1500 TL arası, %33,8'inin 1501-2000 TL arası ve %34,8'inin 2001 TL ve üzerindedir.

Tablo 4. 7.

Katılımcıların Kendi Ekonomik Gelir Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Ekonomik Durum	Frekans	%
900 TL ve altı	308	74,4
901-1500 TL arası	83	20,0
1501-2000 TL arası	18	4,3
2001 TL ve üzeri	5	1,2
Toplam	414	100,0

Tablo 4.7'de katılımcıların %74,4'ünün ortalama aylık geliri 900 TL ve altında, %20'sinin 901- 1500 TL arası, %4,3'ünün 1501-2000 TL arası ve %1,2'sinin 2001 TL ve üzerindedir.

*Tablo 4. 8.
Katılımcıların Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları*

Eğitim Durumu	Frekans	%
Okura yazar değil	23	5,6
İlkokul	183	44,2
Ortaokul	68	16,4
Lise	77	18,6
Üniversite	59	14,3
Lisansüstü	4	1,0
Toplam	414	100,0

Tablo 4.8'de araştırmaya katılanların %5,6'sının annesi okur yazar değil, %44,2'inin annesi ilkokul, %16,4'ünün annesi ortaokul, %18,6'sının annesi lise, %14,3'unun annesinin üniversite ve %1'inin annesi lisansüstü eğitim mezunudur.

*Tablo 4. 9.
Katılımcıların Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları*

Eğitim Durumu	Frekans	%
Okura yazar değil	8	1,9
İlkokul	133	32,1
Ortaokul	71	17,1
Lise	116	28,0
Üniversite	84	20,3
Lisansüstü	2	0,5
Toplam	414	100,0

Tablo 4.9'da katılımcıların %1,9'unun babası okuryazar değil, %32,1'inin babası ilkokul mezunu, %17,1'inin babası ortaokul, %28'inin babası lise, %20,3'ünün babası üniversite ve %0,5'inin babası lisansüstü eğitim mezunudur.

*Tablo 4. 10.
Katılımcıların üniversite hayatına başlamadan önce tenis sporu ile ilgilenmelerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları*

Seçenek	Frekans	%
Evet	78	18,8
Hayır	336	81,2
Toplam	414	100,0

Tablo 4.10'da araştırmaya katılanların %18,8'i üniversiteye başlamadan önce tenis sporuyla ilgilenmiş fakat, %81,2'si üniversiteye başlamadan tenis sporuyla ilgilenmemiştir.

*Tablo 4. 11.
Katılımcıların ailesinde düzenli spor yapan yakınına Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları*

Seçenek	Frekans	%
Evet	134	32,4
Hayır	280	67,6
Toplam	414	100,0

Tablo 4.11'de katılımcıların ailesinin %32,4'ünün düzenli spor yapan yakını var iken, %67,6'nın ailesinin düzenli spor yapmadığı görülmektedir.

Tablo 4. 12.
Sporcuların Tenise Başlama Nedenlerine İlişkin Görüşlerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Seçenekler	1(Hiç)	2(Az)	3(Orta)	4(Fazla)	5(Çok Fazla)	Ortalama
Anne, baba ve kardeşin spora yönelmedeki etkisi	224 (%54.1)	46 (%11.1)	53 (%12.8)	34 (%8.2)	57 (%13.8)	2.16
Yasadığınız çevrenin spora başlamadaki etkisi	88 (%21.3)	52 (%12.6)	115 (%27.8)	85 (%20.5)	74 (%17.9)	3.01
Arkadaş ve akran grubunun spora başlamadaki etkisi	78 (%18.8)	44 (%10.6)	103 (%24.9)	86 (%20.8)	103 (%24.9)	3.22
Beden eğitimi öğretmenin spora başlamadaki etkisi	66 (%15.9)	55 (%13.3)	68 (%16.4)	72 (%17.4)	153 (%37.0)	3.46
Basın yayın organlarının spora başlamadaki etkisi	139 (%33.6)	75 (%18.1)	90 (%21.7)	53 (%12.8)	57 (%13.8)	2.55
Televizyon kanallarının spora başlamadaki etkisi	150 (%33.6)	77 (%18.6)	88 (%21.3)	48 (%11.6)	62 (%15.0)	2.56
Yakın çevredeki bir antrenörün spora başlamadaki etkisi	150 (%36.2)	41 (%9.9)	75 (%18.1)	58 (%14.0)	90 (%21.7)	2.75
Dünyaca ünlü bir sporcu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi	154 (%37.2)	49 (%11.8)	71 (%17.1)	66 (%15.9)	74 (%17.9)	2.65
Milli takım sporcusu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi	159 (%38.4)	61 (%14.7)	63 (%15.2)	62 (%15.0)	69 (%16.7)	2.57
Çok beğendiğim bir sporcunun spora başlamadaki etkisi	136 (%32.9)	57 (%13.8)	73 (%17.6)	50 (%12.1)	98 (%23.7)	2.80

Tablo 12' de sporcuların tenise başlama nedenlerine ilişkin görüşlerinin dağılımları incelendiğinde; sporcuların 'Anne, Baba ve Kardeşin Spora Yönelmedeki Etkisi' sorusuna verdikleri cevapların % 54,1'ü "hiç" ve % 13,8'i 'çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri ise 2,16 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "az "seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık % 54,1 ile "hiç" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların tenise başlama nedenlerine ilişkin görüşlerin dağılımına bakıldığında, 'Anne Baba ve Kardeşin Spora Başlamadaki Etkisi' sorusuna verdikleri cevapların çoğunluğu 224 kişi %54.1 ile 'hiç' seçeneğini tercih ettikleri görülmektedir. Bu yapılan çalışma tenise başlamada sporcuların üzerine aileler tarafından yapılan yönlendirmenin etkili olmadığı görülmektedir (Tablo12). Topal ve arkadaşlarının (2014) yaptıkları benzer çalışmalarda bu yapılan çalışmayla yakın sonuçlar ortaya çıkmıştır (Topal 104 kişi %54,7 ile hiç). Fakat Yıldırım (2007), Şimşek ve Gökdemir (2006) Salman ve Sunay (2012), Ölçücü ark (2012), yaptıkları benzer çalışmalar sonucunda anne baba ve kardeşin spora başlamadaki etkisinin çok fazla olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Yıldırım (2007) 46 kişi %46 ile 'çok fazla', Şimşek ve Gökdemir (2012) 52 kişi %26 ile 'çok fazla', Salman ve Sunay (2012) 48 kişi %28.4 ile 'çok fazla', Ölçücü ve ark 47 kişi ile %31.9 'çok fazla'). Tüm bu çalışmalardan yola çıkarak anne baba ve kardeşin spora başlamadaki etkisinin farklılık gösterdiği görülmüştür.

Sporcuların 'Yasadığınız Çevrenin Spora Başlamadaki Etkisi' sorusuna verdikleri cevapların % 21,3'ü "hiç" ve % 17,9'u "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 3,01 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak %27,8 ile "orta" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Arkadaş ve Akran Grubunun Spora Başlamadaki Etkisi' sorusuna verdikleri cevapların % 18,8'i "hiç" ve %24,9'u "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 3,22 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak % 24,9 ile 'orta ve çok fazla' düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Beden Eğitimi Öğretmeninin Spora Başlamadaki Etkisi' sorusuna verdikleri cevapların % 15,9 'u" hiç" ve % 37'si "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 3,46 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "fazla" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak % 37 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Basın Yayın Organlarının Spora Başlamadaki Etkisi' sorusuna verdikleri cevapların % 33,6 'si "hiç" ve % 13,8 'i "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 2,55 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "az" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak %33,6 ile "hiç" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Televizyon kanallarının spora başlamadaki etkisi ' sorusuna verdikleri cevapların % 33,6 'si "hiç" ve % 15 'i "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 2,56 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "az" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak % 33,6 ile "hiç" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların tenise 'Yakın çevredeki bir antrenörün spora başlamadaki etkisi ' sorusuna verdikleri cevapların % 36,2 'si "hiç" ve % 21,7'si "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 2,75 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak % 36,2 ile "hiç" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Dünyaca ünlü bir sporcu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi' sorusuna verdikleri cevapların % 37,2'si "hiç" ve % 17,9'u "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 2,65 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak %37,2 ile "hiç" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Milli takım sporcusu olma isteğinin spora başlamadakin etkisi ' sorusuna verdikleri cevapların % 38,4'i "hiç" ve % 16,7'si "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 2,57 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "az" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak % 38,4 ile "hiç" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Çok Beğendiğim Bir Sporcunun Spora Başlamadaki Etkisi' sorusuna verdikleri cevapların % 32,9 'u "hiç" ve % 23,7'si "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 2,80 olup sporcuların

verdikleri yanıtların ortalaması "orta" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak % 32,9 ile "hiç" düzeyinde olmuştur.

Ölçücü ve diğerleri (2012) tarafından üniversiteler arası tenis müsabakalarına katılan sporcular üzerinde yapılan bir araştırmada, sporcuların tenise başlanma nedenleri ve tenis sporundan beklentileri incelenmiştir. Araştırmaya 82 erkek ve 68 kadın olmak üzere toplam 150 üniversite tenis oyuncusu katılmıştır. Araştırmada;

Sporcu görüşlerine göre, anne, baba ve kardeşlerin spora başlamadaki etkisinin %11,9 hiç, %15,2 az, %15,2 orta, %25,8 fazla, %31,9 çok fazla düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu görüşlerine göre, yaşanan çevrenin spora başlamadaki etkisinin %12,6 hiç, %16 az, %25,8 orta, %27,8 fazla, %17,8 çok fazla düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu görüşlerine göre, arkadaş ve akran grubunun spora başlamadaki etkisinin %27,2 hiç, %15,9 az, %25,8 orta, %9,3 fazla, %21,8 çok fazla düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu görüşlerine göre, beden eğitimi öğretmenin spora başlamadaki etkisinin %25,2 hiç, %21,8 az, %19,9 orta, %12,6 fazla, 20,5 çok fazla düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu görüşlerine göre, basın yayın organlarının spora başlamadaki etkisinin %31,8 hiç, %21,2 az, %19,9 orta, %12,6 fazla, %7,9 çok fazla düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu görüşlerine göre, televizyon kanallarının spora başlamadaki etkisinin %33,1 hiç, %26,5 az, %22,5 orta, %11,3 fazla, %6,6 çok fazla düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu görüşlerine göre, yakın çevredeki bir antrenörün spora başlamadaki etkisinin %27,8 hiç, %21,9 az, %19,9 orta, %12,5 fazla, %17,9 çok fazla düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu görüşlerine göre, dünyaca ünlü bir sporcunu olma isteğinin spora başlamadaki etkisinin %10,6 hiç, %12,6 az, %23,8 orta, %25,8 fazla, %27,2 çok fazla düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu görüşlerine göre, milli takım sporcusu olma isteğinin spora başlamadaki etkisinin %15,9 hiç, % 21,9 az, %13,8 orta, %21,9 fazla, %26,5 çok fazla düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu görüşlerine göre, çok beğenilen bir sporcunun spora başlamadaki etkisinin %25,2 hiç, %15,9 az, %13,2 orta, %20,5 fazla, %25,2 çok fazla düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. 13.
Sporcuların Tenis Sporunu İle Profesyonel Biçimde Uğraşma Nedenlerine İlişkin Görüşlerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Seçenekler	1(Hiç)	2(Az)	3(Orta)	4(Fazla)	5(Çok Fazla)	Ortalama
Maddi gelir arttırmak	154 (%37.2)	70 (%16.9)	57 (%13.8)	22 (%5.3)	111 (%26.8)	2.68
Tenis sporunu sevmek	96 (%23.2)	30 (%7.2)	52 (%12.6)	69 (%16.7)	167 (%40.3)	3.44
Sporun olumlu katkılarından haberdar olmak	82 (%19.8)	38 (%9.2)	64 (%15.5)	77 (%18.6)	153 (%37.0)	3.44
Spor yaparak boş zamanları olumlu değerlendirmek	65 (%15.7)	34 (%8.2)	66 (%15.9)	81 (%19.6)	168 (%40.6)	3.61
Spor yaparak sağlıklı olmak	44 (%10.6)	33 (%8.0)	78 (%18.8)	68 (%16.4)	191 (%46.1)	3.79
Sporcu olarak arkadaşlarca tanınıp sevilme ve sayılmak	63 (%15.2)	63 (%15.2)	66 (%15.9)	89 (%21.5)	133 (%32.1)	3.40
Basarı kazanmaktan zevk duymak	77 (%18.6)	32 (%7.7)	63 (%15.2)	61 (%14.7)	181 (%43.7)	3.57
Yeni ülkeler görmek	102 (%24.6)	63 (%15.2)	62 (%15.0)	52 (%12.6)	135 (%32.6)	3.13
Gerçek mutluluğu tenis sporunda bulmak	104 (%25.1)	53 (%12.8)	60 (%14.5)	55 (%13.3)	142 (%34.3)	3.19

Tablo 13'de sporcuların tenise sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenlerine ilişkin görüşlerinin dağılımları incelendiğinde; sporcuların 'Maddi gelir arttırmak' sorusuna verdikleri cevapların % 37,2 'si "hiç" ve % 26,8'i "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 2,68 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak % 37,2 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Tenis sporunu sevmek' sorusuna verdikleri cevapların % 23,2 'si "hiç" ve % 40,3'ü "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 3,44 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması

"fazla" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak % 40,3 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Sporun Olumlu katkılarından haberdar olmak' sorusuna verdikleri cevapların % 19,8 'i "hiç" ve % 37'si "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 3,44 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "fazla" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak %37 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Spor yaparak boş zamanları olumlu değerlendirmek' sorusuna verdikleri cevapların % 15,7 'si "hiç" ve % 40,6'sı "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 3,61 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "fazla" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak %40,6 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Spor yaparak sağlıklı olmak' sorusuna verdikleri cevapların % 10,6 sı "hiç" ve % 46,1'i "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 3,79 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "fazla" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak %46,1 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Sporcu olarak arkadaşlarca tanınıp sevilme ve sayılmak' sorusuna verdikleri cevapların % 15,2 'si "hiç" ve % 32,1 'i "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 3,40 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak %32,1 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Başarı kazanmaktan zevk duymak' sorusuna verdikleri cevapların % 18,6 'sı "hiç" ve % 43,7 'si "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 3,57 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "fazla" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak %43,7 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Yeni ülkeler görmek' sorusuna verdikleri cevapların % 24,6 si "hiç" ve % 32,6'sı "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 3,13 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak %32,6 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Gerçek Mutluluğu Tenis Sporunda Bulmak' sorusuna verdikleri cevapların % 25,1 i "hiç" ve % 34,3 ü "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 3,19 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık olarak %34,3 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Tablo 4. 14.
Sporcuların Tenis Sporundan Beklentilerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Seçenekler	1(Hiç)	2(Az)	3(Orta)	4(Fazla)	5(Çok Fazla)	Ortalama
Sağlıklı olmak ve sağlığı korumak	19 (%4.6)	29 (%7.0)	80 (%19.3)	94 (%22.7)	192 (%46.4)	3.99
İyi bir fiziki görünüme sahip olmak	14 (%3.4)	42 (%10.1)	97 (%23.4)	84 (%20.3)	177 (%42.8)	3.89
Çevreyle spor yapan popüler biri olarak ilişkileri sürdürmek	29 (%7.0)	65 (%15.7)	102 (%24.6)	58 (%14.0)	160 (%38.6)	3.62
İleride sporla ilgili üniversiteler düzeyinde eğitim görmek	39 (%9.4)	43 (%10.4)	82 (%19.8)	99 (%23.9)	151 (%36.5)	3.68
Tenis sporu sayesinde yurtdışındaki üniversitelerden burs eğitimi almak	97 (%23.4)	77 (%18.6)	58 (%14.0)	58 (%14.0)	124 (%30.0)	3.08
Antrenör olmak	85 (%20.5)	36 (%8.7)	68 (%16.4)	72 (%17.4)	153 (%37.0)	3.42
Beden eğitimi öğretmeni olmak	62 (%15.0)	34 (%8.2)	56 (%13.5)	70 (%16.9)	192 (%46.4)	3.71
Maddi olarak rahat bir yaşam sürmek	73 (%17.6)	72 (%17.4)	63 (%15.2)	59 (%14.3)	147 (%35.5)	3.33
Milli takım sporcusu olmak	134 (%32.4)	54 (%13.0)	47 (%11.4)	52 (%12.6)	127 (%30.7)	2.96
Herkesçe tanınan bir sporcu olmak	131 (%31.6)	43 (%10.4)	69 (%16.7)	42 (%10.1)	129 (%31.2)	2.99

Tablo 14'e bakıldığında; Sporcuların tenis sporundan beklentilerine ilişkin görüşlerinin dağılımları incelendiğinde; sporcuların 'Sağlıklı olmak ve sağlığı korumak' sorusuna verdikleri cevapların % 4,6'si " hiç" ve % 46,4'ü "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri ise 3,99 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması " fazla " seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık % 46,4 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'İyi bir fiziki görünüme sahip olmak' sorusuna verdikleri cevapların % 3,4 'ü " hiç" ve %42,8' i "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye

ilişkin genel ortalama değeri ise 3,89 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "fazla" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık % 42,8 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Çevreyle spor yapan popüler biri olarak ilişkilerini sürdürmek' sorusuna verdikleri cevapların %7 'si "hiç" ve % 38,6'sı "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri ise 3,62 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "fazla" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık % 38,6 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'İleride sporla ilgili üniversiteler düzeyinde eğitim görmek' sorusuna verdikleri cevapların % 9,4 'ü "hiç" ve % 36,5 ' i "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri ise 3,68 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "fazla" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık % 36,5 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Tenis sporu sayesinde yurt dışındaki üniversitelerden burs eğitimi almak' sorusuna verdikleri cevapların %23,4 'ü "hiç" ve % 30 'u "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri ise 3,08 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık % 30 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Antrenör olmak' sorusuna verdikleri cevapların % 20,5'i "hiç" ve % 37' i "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri ise 3,42 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "fazla" seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık % 37 ile "çok fazla" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Beden eğitimi öğretmeni olmak' sorusuna verdikleri cevapların % 15'i "hiç" ve % 46,4'ü "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri ise 3,71 olup sporcuların verdikleri yanıtların

ortalaması "fazla "seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık % 46,4 ile "çok fazla " düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Maddi olarak rahat yaşam sürmek' sorusuna verdikleri cevapların %17,6 'si " hiç" ve % 35,5' i "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri ise 3,33 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta "seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık % 35,5 ile "orta" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Milli takım sporcusu olmak' sorusuna verdikleri cevapların %32,4 'u " hiç" ve % 30,7' si "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri ise 2,96 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta "seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık % 32,4 ile "hiç" düzeyinde olmuştur.

Sporcuların 'Herkesçe tanınan bir sporcu olmak' sorusuna verdikleri cevapların %31,6 'sı " hiç" ve % 31,2' i "çok fazla" şeklinde görüş bildirmişlerdir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri ise 2,99 olup sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta "seçeneğine karşılık gelmektedir. Sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması en sık % 31,6 ile "hiç " düzeyinde olmuştur.

Tablo 4. 15.
Cinsiyetlere Göre Tenis Sporuna Başlama Nedenleri Açısından Farklılıklar

Seçenekler	Cinsiyet	N	Ortalama \pm Std. Sapma	P
Anne, Baba ve kardeşin spora yönelmedeki etkisi	Kadın	126	2,13 \pm 1,40	0,200
	Erkek	287	2,17 \pm 1,52	
Yaşadığınız çevrenin spora başlamadaki etkisi	Kadın	126	3,02 \pm 1,39	0,638
	Erkek	287	3,01 \pm 1,37	
Arkadaş ve akran grubunun spora başlamadaki etkisi	Kadın	126	3,38 \pm 1,37	0,652
	Erkek	287	3,15 \pm 1,43	
Beden eğitimi öğretmeninin spora başlamadaki etkisi	Kadın	126	3,37 \pm 1,48	0,984
	Erkek	287	3,50 \pm 1,48	
Basın yayın organlarının spora başlamadaki etkisi	Kadın	126	2,43 \pm 1,38	0,676
	Erkek	287	2,60 \pm 1,43	
Televizyon kanallarının spora başlamadaki etkisi	Kadın	126	2,17 \pm 1,32	0,220
	Erkek	287	2,72 \pm 1,44	
Yakın çevredeki bir antrenörün spora başlamadaki etkisi	Kadın	126	2,61 \pm 1,67	0,009
	Erkek	287	2,81 \pm 1,54	
Dünyaca ünlü bir sporcu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi	Kadın	126	2,36 \pm 1,42	0,054
	Erkek	287	2,79 \pm 1,56	
Milli takım sporcusu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi	Kadın	126	2,48 \pm 1,43	0,047
	Erkek	287	2,61 \pm 1,56	
Çok beğendiğim bir sporcunun spora başlamadaki etkisi	Kadın	126	2,75 \pm 1,56	0,904
	Erkek	287	2,82 \pm 1,58	

Tablo 15'e bakıldığında; cinsiyetlere göre sporcuların tenis sporuna başlama nedenleri arasında; "Anne, Baba Ve Kardeşin Spora Yönelmedeki Etkisi" incelendiğinde bayan sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 2,13 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 1,40 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0.200$) $p>0.05$. Bu sonuç, anne baba ve kardeşlerin spora yönelmedeki etkisi hem kadın hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporuna başlama nedenleri arasında; "Yaşanılan Çevrenin Spora Başlamadaki Etkisi " incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,02 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 1,39 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,638$) $p>0.05$. Bu sonuç, yaşanılan çevrenin spora başlamadaki etkisi hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporuna başlama nedenleri arasında; "Arkadaş Ve Akran Grubunun Spora Başlamadaki Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,38 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,15 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,652$) $p>0,05$. Bu sonuç, arkadaş ve akran grubunun spora başlamadaki etkisi hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporuna başlama nedenleri arasında; "Beden Eğitimi Öğretmeninin Spora Başlamadaki Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,37 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,50 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,984$) $p>0,05$. Bu sonuç, beden eğitimi öğretmeninin spora başlamadaki etkisinin hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporuna başlama nedenleri arasında; "Basın Yayın Organlarının Spora Başlamadaki Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 2,43 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 2,60 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,676$) $p>0,05$. Bu sonuç, basın yayın organlarının spora başlamasındaki etkisinin hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporuna başlama nedenleri arasında; "Televizyon Kanallarının Spora Başlamadaki Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 2,17 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 2,72 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,220$) $p>0,05$. Bu sonuç, televizyon kanallarının spora başlamasındaki etkisinin hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporuna başlama nedenleri arasında; "Yakın Çevredeki Bir Antrenörün Spora Başlamadaki Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 2,61 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 2,81 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p=0,009$) $p<0,05$. Bu

sonuç, erkek sporcuların spora başlama konusunda yakın çevredeki bir antrenörden kadın sporculara göre daha fazla etkilendiğini göstermektedir.

Sporcuların tenis sporuna başlama nedenleri arasında; "Dünyaca Ünlü Bir Sporcu Olma İsteğinin Spora Başlamadaki Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 2,36 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 2,79 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,054$) $p>0,05$. Bu sonuç, dünyaca ünlü bir sporcu olma isteğinin spora başlamadaki etkisinin hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporuna başlama nedenleri arasında; "Milli Takım Sporucusu Olma İsteğinin Spora Başlamadaki Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 2,48 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 2,61 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p=0,047$) $p<0,05$. Bu sonuç, erkek sporcuların spora başlama konusunda milli takım sporcusu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi kadın sporculara göre daha fazla etkilendiğini göstermektedir.

Sporcuların tenis sporuna başlama nedenleri arasında; "Çok beğenilen bir sporcunun spora başlamadaki etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 2,75 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 2,82 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,904$) $p>0,05$. Bu sonuç, çok beğenilen bir sporcunun spora başlamadaki etkisinin hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Yıldırım ve Sunay (2009) tarafından yapılan araştırmada Türkiye'de profesyonel düzeyde tenis sporu ile ilgilenen bireylerin tenis sporuna başlama nedenlerinin cinsiyete göre karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmada sporcuların tenis sporuna başlama nedenlerinden bazılarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Elde edilen bulgulara göre, erkek sporcular ile kıyaslandığı zaman kadın sporcular açısından "Anne, baba ve kardeşlerin spora yönelmedeki etkisinin" anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna karşılık kadın sporcular ile kıyaslandığı zaman erkek sporcularda "TV kanallarının

ve Yakın çevredeki antrenörün” spora yönelmede daha fazla etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 4. 16.
Cinsiyetlere Göre Tenis Sporunu İle Profesyonel Biçimde Uğraşma Nedenleri

Seçenekler	Cinsiyet	N	Ortalama ± Std.	P
			Sapma	
Maddi geliri arttırmak	Kadın	126	2,62 ± 1,60	0,392
	Erkek	287	2,70 ± 1,65	
Tenis sporunu sevmek	Kadın	126	3,75 ± 1,54	0,084
	Erkek	287	3,29 ± 1,62	
Sporun olumlu katkılarından haberdar olmak	Kadın	126	3,79 ± 1,40	0,002
	Erkek	287	3,28 ± 1,56	
Spor yaparak boş zamanlarını olumlu değerlendirmek	Kadın	126	3,73 ± 1,25	0,000
	Erkek	287	3,56 ± 1,55	
Spor yaparak sağlıklı olmak	Kadın	126	3,97 ± 1,15	0,000
	Erkek	287	3,71 ± 1,45	
Sporcu olarak, arkadaşlarla tanınıp sevilme ve sayılmak	Kadın	126	3,48 ± 1,36	0,034
	Erkek	287	3,38 ± 1,48	
Başarı kazanmaktan zevk duymak	Kadın	126	3,58 ± 1,57	0,470
	Erkek	287	3,57 ± 1,54	
Yeni ülkeler görmek	Kadın	126	3,23 ± 1,52	0,142
	Erkek	287	3,02 ± 1,63	
Gerçek mutluluğu tenis sporunda bulmak	Kadın	126	3,29 ± 1,55	0,263
	Erkek	287	3,14 ± 1,64	

Tablo 16'ya bakıldığında; cinsiyetlere göre sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri arasında; "Maddi Geliri Arttırmanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 2,62 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 2,70 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,392$) $p>0,05$. Bu sonuç, maddi geliri arttırmanın hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda birbirine yakın oranda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri arasında; "Tenis Sporunu Sevmenin Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,75 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,29 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,084$) $p>0,05$.

Bu sonuç, tenis sporunu sevmenin hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda birbirine yakın oranda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri arasında; "Sporun Olumlu Katkılarından Haberdar Olmanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,79 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,28 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel ($p=0,002$) $p<0,05$. Bu sonuç, kadın sporcuların sporun olumlu katkılarından haberdar olma konusunda erkek sporculara göre daha fazla etkilendiğini göstermektedir.

Sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri arasında; "Spor Yapararak Boş Zamanları Olumlu Değerlendirmenin Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,73 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,56 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p=0,000$) $p<0,05$. Bu sonuç kadın sporcuların spor yaparak boş zamanları olumlu değerlendirme konusunda erkek sporculara göre daha fazla etkilendiğini göstermektedir.

Sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri arasında; "Spor Yapararak Sağlıklı Olmanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,97 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,71 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p=0,000$) $p<0,05$. Bu sonuç kadın sporcuların spor yaparak sağlıklı olma konusunda erkek sporculara göre daha fazla etkilendiğini göstermektedir.

Sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri arasında; "Sporcu Olarak Arkadaşlarca Tanınıp Sevilmek ve Sayılmanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,48 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,38 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p=0,034$) $p<0,05$. Bu sonuç kadın sporcuların sporcu olarak arkadaşlarca tanınıp sevilmek ve sayılmanın etkisinin erkek sporculara göre daha fazla olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri arasında; "Başarı Kazanmaktan Zevk Duymanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların

verdikleri yanıtların ortalaması 3.58 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,57 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,470$) $p>0.05$. Bu sonuç, başarı kazanmaktan zevk duymanın etkisinin hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri arasında; "Yeni Ülkeler Görmenin Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,23 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,08 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,142$) $p>0,05$. Bu sonuç, yeni ülkeler görmenin hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri arasında; "Gerçek Mutluluğu Tenis Sporunda Bulmanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,29 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,14 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,263$) $p>0,05$. Bu sonuç, kadın sporcuların gerçek mutluluğu tenis sporunda bulma konusunda erkek sporculara göre daha fazla etkilendiğini göstermektedir.

Tablo 4. 17.
Cinsiyetlere Göre Tenis Sporundan Beklentiler

Seçenekler	Cinsiyet	N	Ortalama ± Std.	p
			Sapma	
Sağlıklı olmak ve sağlığı korumak	Kadın	126	4,09 ± 1,16	0,897
	Erkek	287	3,95 ± 1,16	
iyi bir fiziki görünüme sahip olmak	Kadın	126	4,04 ± 1,09	0,141
	Erkek	287	3,83 ± 1,19	
Çevreyle spor yapan popüler biri olarak iliksileri sürdürmek	Kadın	126	3,76 ± 1,28	0,265
	Erkek	126	3,55 ± 1,33	
İleri de sporla ilgili üniversiteler düzeyinde eğitim görmek	Kadın	287	3,80 ± 1,20	0,025
	Erkek	126	3,62 ± 1,35	
Tenis sporu sayesinde yurtdışındaki üniversitelerden burs eğitimi almak	Kadın	287	3,37 ± 1,57	0,352
	Erkek	126	2,97 ± 1,55	
Antrenör olmak	Kadın	126	3,38 ± 1,57	0,557
	Erkek	287	3,43 ± 1,53	
Beden eğitimi öğretmeni olmak	Kadın	126	3,58 ± 1,55	0,331
	Erkek	287	3,77 ± 1,45	
Maddi olarak rahat bir yaşam sürmek	Kadın	126	3,44 ± 1,49	0,541
	Erkek	126	3,28 ± 1,54	
Milli takım sporcusu olmak	Kadın	287	2,98 ± 1,63	0,584
	Erkek	126	2,95 ± 1,68	
Herkesçe tanınan bir sporcu olmak	Kadın	287	3,09 ± 1,61	0,583
	Erkek	126	2,94 ± 1,67	

Tablo 17'ye bakıldığında; cinsiyetlere göre sporcuların tenis sporundan beklentileri arasında; "Sağlıklı Olmak ve Sağlığı Korumanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 4,09 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,95 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,897$) $p>0.05$. Bu sonuç, sağlıklı olmak ve sağlığı korumanın hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporundan beklentileri arasında; 'İyi Bir Fiziki Görünüme Sahip Olmanın Etkisi' incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 4,04 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,83 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,141$) $p>0.05$. Bu sonuç, iyi bir fiziki görünüme sahip olmanın hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporundan beklentileri arasında ; "Çevreyle Spor Yapan Popüler Bir Olarak İlişkileri Sürdürmenin Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,76 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,55 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,265$) $p>0.05$. Bu sonuç, çevreyle spor yapan popüler biri olarak ilişkileri sürdürmenin hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporundan beklentileri arasında ; "İleride Sporla İlgili Üniversiteler Düzeyinde Eğitim Görmenin Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,80 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,62 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p=0,025$) $p<0,05$. Bu sonuç, kadın sporcuların ileride sporla ilgili üniversiteler düzeyinde eğitim görmenin erkek sporculara göre daha fazla olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporundan beklentileri arasında ; "Tenis Sporuna Sayesinde Yurtdışındaki Üniversitelerden Burs Eğitimi Almanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,37 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 2,97 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,352$) $p>0.05$. Bu sonuç, tenis sporuna sayesinde yurtdışındaki üniversitelerden burs eğitimi almanın hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporundan beklentileri arasında ; "Antrenör Olmanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,38 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,48 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,557$) $p>0,05$. Bu sonuç, antrenör olmanın hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporundan beklentileri arasında ; "Beden Eğitimi Öğretmeni Olmanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,58 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,77 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,331$) $p>0,05$. Bu sonuç, beden eğitimi öğretmeni olmanın hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporundan beklentileri arasında ; "Maddi Olarak Rahat Bir Yaşam Sürmenin Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,44 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 3,28 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,541$) $p>0,05$. Bu sonuç, maddi olarak rahat bir yaşam sürmenin hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporundan beklentileri arasında ; "Milli Takım Sporucusu Olmanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 2,98 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 2,95 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,584$) $p>0,05$. Bu sonuç, milli takım sporucusu olmanın hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

Sporcuların tenis sporundan beklentileri arasında ; "Herkesçe Tanınan Bir Sporcu Olmanın Etkisi" incelendiğinde kadın sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması 3,09 iken erkek sporcuların yanıtlarının ortalaması 2,94 bulunmuş olup, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p=0,583$) $p>0,05$. Bu sonuç, herkesçe tanınan bir sporcu olmanın hem kadın sporcularda hem de erkek sporcularda eşit miktarda önemli olduğunu göstermektedir.

BÖLÜM V

Sonuç ve Öneriler

5.1. Sonuçlar

Araştırmada elde edilen sonuçlar değerlendirildiği zaman, öğrencilerin tenise başlamalarına katkı sağlayan unsurların başında beden eğitimi öğretmenin, arkadaş ve akran grubunun, yaşanan çevrenin etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin tenis sporu ile profesyonel olarak uğraşma nedenlerinin başında sırasıyla spor yaparak sağlıklı olma, spor yaparak boş zamanlarını iyi değerlendirme, tenis sporunu sevme ve sporun olumlu katkılarından haberdar olma amaçlarının bulunmuştur.

Öğrencilerin tenis sporundan beklentilerinin başında sırasıyla sağlıklı olmak ve sağlığı korumak, iyi bir fiziki görünüme sahip olmak ve beden eğitimi öğretmeni olmak gibi beklentilerin geldiği sonucuna ulaşılmıştır.

Öğrencileri tenis sporuna yöneltten unsurların genel olarak cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ancak kadın öğrenciler ile kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin yakın çevredeki bir antrenörün spora başlamalarında daha fazla etkili olduğu bulunmuştur. Tenis ile profesyonel uğraşma amaçlarının cinsiyete göre incelenmesi sonucunda sporun olumlu katkılarından haberdar olmak, spor yaparak boş zamanlarını olumlu değerlendirmek, spor yaparak sağlıklı olmak, sporcu olarak, arkadaşlarla tanınıp sevmek ve sayılmak gibi amaçlara erkek öğrenciler ile kıyaslandığı zaman kadın öğrencilerin daha fazla önemsedikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre tenis sporundan beklentilerine ilişkin bulgular değerlendirildiği zaman, ileride sporla ilgili üniversiteler düzeyinde eğitim görme beklentisine erkek öğrenciler ile kıyaslandığı zaman kadın öğrencilerin daha fazla sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin tenis sporundan beklentilerine

ilişkin diğer görüşlerinin cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmada elde edilen bulguların literatür ile paralellik gösterdiği görülmüştür. Sonuç olarak tenis sporu ile ilgilenen üniversite öğrencilerin tenise yönelme nedenlerinin ve tenis sporundan beklentilerinin birbirinden farklı olduğu, cinsiyetin tenis sporu ile ilgilenme ve tenisten beklentiler üzerinde önemli bir belirleyici olduğu söylenebilir.

5.2. Öneriler

Araştırmada elde edilen ve literatürde konu ile ilgili yapılmış olan mevcut çalışma sonuçları göz önünde tutularak şu önerilerde bulunulabilir;

1. Araştırma sonuçlarına dayanarak küçük yaştaki öğrencilere okullarda beden eğitimi dersine ek olarak alanında uzman eğitmenler tarafından tenis eğitiminin verilmesi, bunun yanında yetenekli olan öğrencilerin tenis kulüplerine yönlendirilmesi çocukların tenise katılımlarını arttırabilir.
2. Televizyon kanalları tenis sporu ile ilgili programlar hazırlayarak ailelerin çocuklarını bu branşa yönlendirilmelerine yardımcı olabilir. Basın yayın organlarının tenis ile ilgili verecekleri haberler ve tenis turnuvaları ile ilgili bilgiler vererek tenise olan ilgiyi artırabilir. Tenis kulüpleri seminerlerle sporcu ve üyelerine daha sağlıklı spor yapma olanağı sağlayabilir.
3. Yerel yönetimlerin buldukları yerleşim yerlerine tenis kortları yapmaları çocukların tenise yönelmelerine katkı sağlayabilir. Belediyeler ve sponsorlar tarafında turnuvalar düzenlenmesi de küçük yaş grubundaki bireylerin tenise yönelmelerinde teşvik edici bir rol oynayabilir.
4. Çocukların tenis sporuna yönelmelerine katkı sağlamak amacıyla spor bilim adamları ile üniversiteler ve tenis antrenörleri arasında koordineli bir çalışma planı oluşturulabilir. Böylece çocukların tenise yönelmelerine bilimsel açıdan da katkı sağlanabilir.
5. Araştırmaya katılan öğrencilerin tenis sporundan beklentileri ve tenis sporu ile ilgilenme nedenleri üzerinde cinsiyetin önemli bir belirleyici olduğu bulunmuştur. Bu kapsamda tenis sporuna yönelme konusunda cinsiyete özgü engellerin belirlenmesine yönelik yeni çalışmalar yapılabilir. Hem kadın hem de erkek

üniversite öğrencilerini tenise teşvik edecek politikalar geliştirilebilir. Böylece kadın ve erkek öğrencilerin tenis sporuna eşit düzeylerde katılmalarına katkı sağlanabilir.

6. Türkiye'nin farklı bölgelerinde tenis saha ve ekipmanlarının yetersiz olduğu üniversitelerde öğrencilerin tenis sporuna yönelmeleri amacıyla tesisler yapılabilir. Böylece ülke genelinde daha fazla üniversite öğrencisinin tenis sporu ile tanışmasına katkıda bulunulabilir. Bunun yanında üniversitelerde tenis sporunun genel sağlık üzerine yararlarına ilişkin seminer ve konferanslar verilebilir. Böylece üniversite öğrencilerinin tenisin faydalarından haberdar olmaları ve tenise teşvik edilmeleri sağlanabilir.

KAYNAKLAR

- Açak, M. (2006). *Beden Eğitimi Öğretmeninin El Kitabı*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Akbulut, G.Ç., Özmen, M. M., Besler, H. T. (2007). Obezite. *Bilim ve Teknik*, 1-15.
- Akça, N. Ş. (2012). Özel Spor Merkezlerine Üye Olan Bireylerin Spora Yönelme Nedenleri ve Beklentilerinin Gerçekleşme Düzeyleri. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Aksoydan, E. ve Çakır, N. (2011). Adölesanların Beslenme Alışkanlıkları, Fiziksel Aktivite Düzeyleri Ve Vücut Kitle İndekslerinin Değerlendirilmesi. *Gülhane Tıp Dergisi*, 53, 264-270.
- Aksoy, R., Bakış, M. ve Ünveren, M. (2012). *Spor Sosyolojisi*. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Akşit, T. (2012). Tenis Fizyolojisi ve Performans. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 4(2), 81-91.
- Aslan, M.F., Okumuş, Y. (2003). Tenis İle İlgilenen Sporcuların Sosyo Ekonomik Özellikleri. Raket Sporları Sempozyumu. 31 Ekim – 01 Kasım, Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu.
- Aytan, G. K. (2010). Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyalleşmelerinde Sporun Etkileri. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Bailey, R. (2006). Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397-401.
- Bayraktar, B., Sunay, H. (2007). Türkiye’de Elit Bayan ve Erkek Voleybolcuların Spora Başlamasına Etki Eden Unsurlar ve Spordan Beklentileri. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 63-72.
- Bulgu, N. (2013). Spora Katılımda Toplumsal Fayda: Kazakistan Ahmet Yesevi Üniversitesi Öğrencileri Örneği. *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 18, 25-45.
- Can, S. (2007). 10-12 Yaş Grubundaki Erkek Tenisçiler, Masa Tenisçiler ve Aynı Yaş Grubundaki Sedanterlerin Reaksiyon Zamanlarının Karşılaştırılması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Ceylan, R. (2008). İlköğretimde; Beden Eğitimi Dersinin, Takiben Yapılan Diğer Derslerde Öğrencilerin Başarıları Üzerindeki Etkisinin Araştırılması (Kütahya İli Örneği). Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Deli, E., Bakle, I. Zachopoulou, E. (2006). Implementing Intervention Movement Programs for Kindergarten Children. *Journal of Early Childhood Research*, 4(1), 5-18.
- Dever, A. (2010). Spor Sosyolojisi. İstanbul: Başlık Yayınları.
- Dönmez, F., Azizoğlu, N. (2010). Investigation of The Students' Science Process Skill Levels in Vocational Schools: A Case of Balıkesir. *Necatibey Eğitim Fakültesi Elektronik Fen ve Matematik Eğitimi Dergisi*, 4(2), 79-109.
- Gezer, E. D. (2010). Farklı Spor Branşlarındaki Sporcuların Sosyal Beceri Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Gökhan, İ., Kürkçü, R., Devocioğlu, S., Aysan, H.A. (2011). Yüzme Egzersizinin Solunum Fonksiyonları, Kan Basıncı ve Vücut Kompozisyonu Üzerine Etkisi. *Klinik ve Deneysel Araştırmalar Dergisi*, 2(1), 35-41.
- Görücü, A. (2001). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında Okuyan Öğrencilerin Spor Yapma Amaçları ve Spora Yönlendirilmelerinde Etken Olan Faktörler: Konya Örneği. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Hekim, M. (2014). Küresel Bir Sorun Olan Hareketsiz Yaşam Tarzının Ortaya Çıkardığı Sağlık Sorunları ve Hareketsiz Yaşam Tarzından Kaynaklanan Sağlık Sorunlarının Önlenmesinde Fiziksel Aktivitenin Önemi. II. Uluslararası Davraz Kongresi, 29-31 Mayıs 2014 Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Heper, E. (2012). Spor Bilimleri İle İlgili Kavramlar ve Sporun Tarihsel Gelişimi. Editör: Hayri Ertan. *Spor Bilimlerine Giriş. Açıköğretim Fakültesi Yayını No: 1480. Eskişehir.*
- Hill, A. M., Buckley, Jonathan D., Murphy, Karen J., Howe, P.R.C. (2007). Combining Fish- Oil Supplement swith Regular Aerobic Exercise Improves Body Composition and Cardiovascular Disease Risk Factors. *Am J Clin Nutr.*, 85, 1267-1274.

- Hinkley, T., Teychenne, M., Downing, K. L., Ball, K., Salmon, J. and Hesketh, K. D. (2014). Early Childhood Physical Activity, Sedentary Behaviors And Psychosocial Well-Being: A Systematic Review. *Preventive Medicine*, 62, 182-192.
- Işık, T. (2009). Elit Tenis Oyuncularına Uygulanan Spesifik Antrenmanların Teknik Performans Ve MaxVO2 Düzeylerine Etkileri. Yayınlanmamış doktora tezi. İzmir: Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- İlhan, L. (2008). Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuklarda Beden Eğitimi Ve Sporun Sosyalleşme Düzeylerine Etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16(1), 315-324.
- İlhan, N., Batmaz, M., Akhan, L.U. (2010). Üniversite Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 3(3), 34-44.
- İmamoğlu, R. (2009). Samsun İli'nde Tenis Sporu İle Uğraşanların Bu Sporu Seçme Sebeplerinin Araştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Janz, K. F., Gilmore, J. M., Burns, T. L., Levy, S. M., Torner, J. C., Willing, M. C., Marshall, T. A. (2006). Physical Activity Augments Bone Mineral Accrual in Young Children: The Iowa Bone Development Study. *The Journal of Pediatrics*. June, 793-799.
- Kabasakal, A. (2005). Tenis Nasıl Oynanır? İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Kale, R., Erşen, E. (2003). Beden Eğitimi ve Spor Bilimlerine Giriş. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kara, D. (2006). Sporun Topluma Yaygınlaştırılmasında Sosyo-Ekonomik Faktörlerin Araştırılması (Niğde İli Örneği). Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Niğde: Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karayılmaz, A. (2006). Amatör Küme Futbolcularını Saldırganlığa İten Psiko-Sosyal Nedenler (Zonguldak Süper Amatör Ligi Örneği). Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kermen, O. (2002). Tenis Teknik ve Taktikleri. Editör: Billur Yarsuvat Yavuz. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Keskin, Ö. (2014). Çocuklarda Beden Eğitimi ve Spora Katılımın Sosyal Gelişim Üzerine Etkileri. *Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi*, 1(1), 1-6.

- Koca, C. (2012). Sporda Sosyo-Kültürel Boyutlar. Editör: Hayri Ertan. Spor Bilimlerine Giriş. Açıköğretim Fakültesi Yayını No: 1480. Eskişehir.
- Küçük, S. (2012). Ortaöğretim Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri İle Spora Katılımları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Küçük, V. ve Koç, H. (2004). Psiko-sosyal Gelişim Süreci İçerisinde İnsan ve Spor İlişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10, 131-141.
- Langsetmo, L., Hitchcock, C.L., Kingwell, E.J., Davison, K.S., Berger, C., Forsmo, S., Zhou, W., Kreiger, N., Prior, J. C. (2012). Physical Activity, Body Mass Index and Bone Mineral Density - Associations in a Prospective Population-based Cohort of Women and Men: The Canadian Multicentre Osteoporosis Study (CaMos). *Bone*, 50(1), 401-408.
- Meyer, U., Ernst, D., Zahner, L., Schindler, C., Puder, J. J., Kraenzlin, M., Rizzoli, R., Kriemler, S. (2013). 3-Year Follow-Up Results Of Bone Mineral Content And Density After A School-Based Physical Activity Randomized Intervention Trial. *Bone*, 55, 16-22.
- Ölçücü, B., Cenikli, A., Kaldırımçı, M., Bostancı, Ö. (2011). Tenisçi Çocuklarda Toplu Ve Topsuz Uygulanan Hareket Eğitiminin Fiziksel Uygunluk Değerlerine Etkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 32-40.
- Ölçücü, B., Erdil, G., Bostancı, Ö., Canikli, A., Aybek, A. (2012). Üniversiteler Arası Tenis Müsabakalarına Katılan Sporcuların Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri. *Sporda Performans Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 5-12.
- Özcan, S. (2011). Temel Tenis Teknik Öğretiminde İki Farklı Antrenman Metodunun Teknik Biyomotorik Ve Fizyolojik Özellikler Üzerine Etkisinin Araştırılması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Özen, Ü., Eygü, H. ve Kabakuş, A. K. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Sporda Şiddet Ve Saldırganlık Algıları. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Elektronik Dergisi*, 7, 323-342.
- Peluso, M. A. M. and Andrade, L. H. S. G. D. (2005). Physical Activity And Mental Health: The Association Between Exercise And Mood. *Clinics*, 60(1), 61-70.

- Polat, G. (2009). 9–12 Yaş Grubu Çocuklarda 12 Haftalık Temel Badminton Eğitimi Antrenmanlarının Motorik Fonksiyonları ve Reaksiyon Zamanları Üzerine Etkileri. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Adana.
- Ramazanoğlu, F., Karahüseyinoğlu M.F. ve Demirel E.T., Ramazanoğlu M.O., Altungül O. (2005). Sporun Toplumsal Boyutlarının Değerlendirilmesi. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 153-157.
- Rhodes, E.C., Martin, A.D., Taunton, J.E., Donneley, M., Warren, J., Elliot, J. (2000). Effects of One Year of Resistance Training on The Relation Between Muscular Strength And Bone Density in Elderly Women. *British Journal of Sports Medicine*, 34, 18-22.
- Sahebi, A. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Salar, B., Hekim, M., Tokgöz, M. (2012). 15-18 Yaş Grubu Takım ve Ferdi Spor Yapan Bireylerin Duygusal Durumlarının Karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(6), 123-135.
- Salman, Ö., Sunay, H. (2012). Ankara'da 14-16 Yaş Arası Basketbolcuların Basketbola Başlama Nedenleri ve Beklentileri. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(1), 25-34.
- Saygın, Ö., Polat, Y., Karacabey, K. (2005). Çocuklarda Hareket Eğitiminin Fiziksel Uygunluk Özelliklerine Etkisi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 19(3), 205-212.
- Sigal, R.J., Kenny, G. P., Boule, N. G., Wells, G.A., Prud'homme, D., Fortier, M., Reid, R. D., Tulloch, H., Coyle, D., Philips, P., Jennings, A., Jaffey, J. (2007). " Effects of Aerobic Training, Resistance Training, or Both on Glycemic Control in Type 2 Diabetes", *Annals of Internal Medicine*, 147, 357-369.
- Sritara, C., Thakkinsian, A., Ongphiphadhanakul, B., Pornsuriyasak, P., Warodomwicht, D., Akrawichien, T., Vathesatogit, P., Sritara, P. (2015). Work- and Travel-related Physical Activity and Alcohol Consumption: Relationship With Bone Mineral Density and Calcaneal Quantitative Ultrasonometry. *Journal of Clinical Densitometry: Assessment & Management of Musculoskeletal Health*, 18(1), 37-43.

- Sunay, H., Saracaloğlu, A. S. (2003). Türk Sporcusunun Spordan Beklentileri İle Spora Yönelten Unsurlar. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 43-48.
- Şahan, H. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü. Yayınlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Şahin, M., Yetim, A. A. ve Çelik, A. (2012). Psikolojik Sağlamlığın Gelişiminde Koruyucu Bir Faktör Olarak Spor ve Fiziksel Aktivite. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5(8), 373-380.
- Şenyüzlü, E. (2013). Üniversite Öğrencilerinde Spora Katılımın Saldırgan Davranışlar Üzerine Etkilerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.
- Şimşek, D., Gökdemir, K. (2006). Ortaöğretimde Atletizm Yapan Sporcu Öğrencilerin Atletizm Branşına Yönelme Nedenleri ve Beklentileri. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 83-90.
- Tsai, J. C., Yang, H. Y., Wang, W. H., Hsieh, M. H., Chen, P. T., Kao, C. C., Kao, P. G., Wang, C. H., Chan, P. (2004). The Beneficial Effect of Regular Endurance Exercise Training on Blood Pressure and Quality of Life in Patients with Hypertension. *Clinical and Experimental Hypertension*, 26(3), 255-265.
- Tükenmez, M. (2009). Toplumbilim ve Spor. 1. Baskı. İstanbul: Kaynak Yayınları.
- Urartu, Ü. (1996). Tenis Teknik Taktik Kondisyon. İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Yazarer, İ., Taşmektepligil, M. Y., Ağaoğlu, Y. S., Ağaoğlu, S. A., Albay, F. ve Eker, H. (2004). Yaz Spor Okullarında Basketbol Çalışmalarına Katılan Grupların İki Aylık Gelişmelerinin Fiziksel Yönden Değerlendirilmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(4) 163-170.
- Yetim, A. A. (2005). Sosyoloji ve Spor. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yıldırım, Y. (2007). Türkiye'de Performans Tenisi Yapan Sporcuların Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yıldırım, S. (2011). Lisanslı Olarak Takım Sportu ve Bireysel Spor Yapan İle Spor Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Bolu.

Yıldırım, Y., Sunay, H. (2009). Türkiye’de Performans Tenisi Yapan Sporcuların Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 103-109.

Yüksel, Y., Hekim, M., Gürkan, O. (2014). Ortaöğretim Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Davranış Biçimlerinin Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. III. Sakarya’da Eğitim Araştırmaları Kongresi Bildiriler Kitabı, 12 Haziran 2014, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

Zorba, E. (2006). Yaşam boyu spor. 2. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

İnternet Kaynakları

<http://www.spor-malzeme.com/head-youtek-radical-mp-tenis-raketi.html> erişim tarihi 06.11.2015.

<http://www.spor-malzeme.com/new-balance-656-tenis-ayakkabisi.html> erişim tarihi 06.11.2015.

<http://www.teniskortlari.gen.tr/tenis-sozlugu.html> erişim tarihi 07.11.2015.

https://tr.wikipedia.org/wiki/Tenis#/media/File:Tennis_court_metric.svg erişim tarihi 06.11.2015.

<http://www.woolcloth.com/tennis.html#prettyPhoto> erişim tarihi 06.11.2015.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü

Yüksek Lisans Öğrenimi

Bildiği yabancı Diller İngilizce

Yayınlar

Dilek Topal, Mehmet Kumartaşlı, Meriç Eraslan, Rabia Özkurt, Vedat Uluişik, Bayram Acar Isparta Burdur, Denizli, İzmir İllerinde Serbest Zamanlarında Tenis Sporuyla Uğraşan Bireylerin Tenise Başlama Nedenleri Ve Beklentileri

Bayram Acar, Vedat Uluişik, Rabia Özkurt, Dilek Topal Burdur İlinde Görev Yapan Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenlerinin Okul Spor Faaliyetlerinin Organizasyonu Ve Katılım Sorunları İle İlgili Görüşlerin İncelenmesi

Vedat Uluişik, Meriç Eraslan, Bayram Acar, Rabia Özkurt, Dilek Topal Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeylerinin incelenmesi

Rabia Özkurt, Meriç Eraslan, Dilek Topal Vedat Uluişik, Bayram Acar, Burdur ili il merkezi lise öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının incelenmesi

Dilek Topal, Meriç Eraslan, Bayram Acar, Vedat Uluişik, Rabia Özkurt, Mahmut Alp Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Cinsiyet Farklılıklarına Göre Tenise Başlama Nedenleri Ve Beklentileri

Bayram Acar, Meriç Eraslan, Vedat Uluişık, Rabia zkurt, Dilek Topal Burdur İlindeki Okul Yöneticilerinin Okul Spor Faaliyetlerinin Organizasyonu ve Katılım Sorunları İle İlgili Görüşlerinin İncelenmesi

Vedat ULUIŐIK, Meriç ERASLAN, Bayram ACAR, Rabia ÖZKURT, Dilek TOPAL Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi

Kadir PEPE, Meriç ERASLAN, Rabia ÖZKURT, Vedat ULUIŐIK, Bayram ACAR, Dilek TOPAL Farklı Sınıflarda Okuyan Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi Ve Spor Dersine İlişkin Tutumlarının Araştırılması

Deneyimler

Stajlar

Aldığı Belgeler

Çalıştığı Kurumlar

İletişim

ne.bi1im@hotmail.com