

T.C.
ZONGULDAK BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

MUAYTHAI VE YÜZME SPORCULARININ SPORA BAŞLAMA
GÜDÜLERİNİN İNCELENMESİ: KAYSERİ İLİ ÖRNEĞİ

UĞUR CAN BAYAZİT
YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. TEVFİK CEM AKALIN

ZONGULDAK
2024

T.C.
ZONGULDAK BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

MUAYTHAI VE YÜZME SPORCULARININ SPORA BAŞLAMA
GÜDÜLERİNİN İNCELENMESİ: KAYSERİ İLİ ÖRNEĞİ

UĞUR CAN BAYAZİT
YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. TEVFİK CEM AKALIN

ZONGULDAK
2024

ÖNSÖZ

Spor, insan hayatının vazgeçilmez bir parçasıdır ve her spor dalının kendine has güzellikleri, zorlukları ve disiplini vardır. Bu çalışma, Muaythai ve Yüzme sporlarına gönül vermiş Elit Sporcuların ve bu alana adım atmalarını sağlayan temel motivasyon ve güdülerini Kayseri ili örneğinde derinlemesine incelemeyi amaçlamıştır.

Araştırmam sırasında, sporcuların içsel ve dışsal motivasyon kaynaklarını, spora başlama hikayelerini ve bu süreçte karşılaştıkları zorlukları ve başarıları keşfetme fırsatı buldum.

Bu yolculukta bana rehberlik eden danışmanım Doç. Dr. Cem Tevfik AKALIN'a, desteklerini esirgemeyen Kayseri Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'ne ve Kayseri Büyükşehir Belediyesi'ne teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca, bu çalışmanın gerçekleşmesinde emeği geçen tüm sporculara ve katkıda bulunan herkese minnettarlığımı ifade etmek isterim.

Umarım bu çalışma, Muaythai ve Yüzme sporlarına ilgi duyanlar için değerli bir kaynak olur ve sporcuların motivasyonlarını anlamaya yönelik daha fazla araştırmaya ilham verir.

Uğur Can BAYAZİT
ZONGULDAK, 2024

ÖZET

Uğur Can BAYAZİT, Muaythai ve Yüzme Sporcularının Spora Başlama Güdülerinin İncelenmesi: Kayseri İli Örneği, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Zonguldak, 2024.

Yapılan bu araştırmada, muaythai ve yüzme sporcularının spora katılım motivasyonlarını derinlemesine incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmamıza 88 yüzme ve 72 muaythai sporcusu olmak üzere toplam 160 sporcu katılmıştır. Veri toplama amaçlı ilk olarak araştırmacı tarafından hazırlanan ve sosyodemografik özellikleri belirlemeyi içeren “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Sporcuların spora başlama ve katılım güdülerini ölçmek için Oyar ve arkadaşları (2001) tarafından geliştirilen “Spora Katılım Güdüsü Ölçeği” kullanılmıştır. Beceri gelişimi, takım ruhu, eğlence, başarı, enerji harcama, yarışma, hareket ve arkadaşlık olmak üzere toplam 8 alt boyut toplam 30 maddeden oluşan ölçek 3'lü likerte uygun olarak geliştirilmiştir. Elde edilen verilerin analizleri SPSS 27 programına aktarılarak gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular, sporun niteliği ve sporcuların sosyodemografik özelliklerinin spora katılım motivasyonu üzerinde etkili olduğunu göstermiştir. Cinsiyet, eğitim düzeyi ve aile faktörleri gibi sosyodemografik özelliklerin spora katılım motivasyonunu etkilediği belirlenmiştir. Muaythai ve yüzme sporcuları arasında cinsiyete dayalı farklılıklar tespit edilmiş, kadın yüzme sporcularının arkadaşlık kurma ve enerji atma amacıyla spor yapma eğiliminde olduğu, muaythai sporcularında ise cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı saptanmıştır. Eğitim düzeyinin artmasıyla muaythai sporuna katılım motivasyonunun azaldığı, ancak yüzme sporunda bu etkinin anlamlı fark oluşturmadığı saptanmıştır. Ayrıca, sporcuların ebeveynlerinin sporcu olup olmamasının spora katılım motivasyonunu etkilemediği tespit edilmiştir. Bulgular neticesinde sosyodemografik özelliklerin muaythai ve yüzme sporuna katılımı etkili olan faktörler olduğuna işaret ederken farklı dinamiklere ve sosyokültürel yapıya sahip olmanın farklı motivasyonlarla spora başlamayı mümkün kıldığını açıklamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Muaythai, Yüzme, Motivasyon, Spora katılım, Eğitim, Spor

ABSTRACT

Uğur Can BAYAZİT, Examining the Motives for Participation in Muaythai and Swimming Sports, Case Study: Kayseri Province, Zonguldak Bülent Ecevit University, Institute of Health Sciences, Physical Education and Sports Department Master's Thesis, Zonguldak, 2024.

This research aimed to comprehensively examine the motivation for sports participation among muaythai and swimming athletes. In our study, a total of 160 athletes participated, consisting of 88 swimmers and 72 Muaythai fighters, for the purpose of data collection. Initially, a 'personal information form' prepared by the researcher was used to determine their sociodemographic characteristics. "Participation Motivation Scale" developed by Oyar et al. (2001) was used to measure athletes' motivations for starting and participating in sports. The scale, which consists of a total of 30 items and 8 sub-dimensions, including skill development, team spirit, fun, success, energy expenditure, competition, movement and friendship, was developed in accordance with a 3-point Likert scale. The analyses of the obtained data were conducted by transferring them to the SPSS 27 program. The obtained findings have demonstrated that the nature of the sport and the sociodemographic characteristics of the athletes significantly influence sports participation motivation. It has been determined that sociodemographic factors such as gender, educational level, and family factors impact sports participation motivation. Differences based on gender have been identified among Muaythai and swimming athletes. It has been observed that female swimmers tend to engage in sports for the purpose of forming friendships and expending energy, while there is no statistically significant difference in muaythai athletes according to gender. It has been determined that the motivation to participate in muaythai sports decreases with the increase in education level, but this effect does not make a significant difference in swimming sports. Additionally, it has been determined that whether athletes' parents are involved in sports or not does not significantly impact sports participation motivation.

Keywords: Muaythai, Swimming, Motivation, Sports participation, Education, Sport

İÇİNDEKİLER

Sayfa

TEZ KABUL ve ONAY	iii
ÖNSÖZ	iv
ÖZET.....	v
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	ix
TABLO DİZİNİ	x
ŞEKİL DİZİNİ	xi
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER	3
2.1. Spor ve Spor Türleri.....	3
2.2. Yüzme Sporu ve Özellikleri.....	9
2.3. Muaythai Sporu ve Özellikleri	11
2.4. Spora Başlama Süreçleri ve Güdülerin Rolü	14
2.4.1. Sporla ilgilenme ve spora başlama kararı alma süreçleri.....	14
2.4.2. Spora başlama sürecinde güdülerin rolü ve etkisi.....	16
2.5. Muaythai ve Yüzme Sporcularının Güdüler ve Motivasyonun Önemi	18
2.5.1. Muaythai sporcularının güdüler ve motivasyon kaynakları.....	18
2.5.2. Yüzme sporcularının güdüler ve motivasyon kaynakları	19
2.5.3. Muaythai ve yüzme sporcularının güdülerinin karşılaştırılması.....	20
3. GEREÇ VE YÖNTEM	22
3.1. Araştırmanın Modeli	22
3.2. Çalışma Grupları	22
3.3. Veri Toplama Araçları	23
3.4. Verilerin Analizi.....	23
4. BULGULAR.....	25
4.1. Verilerin Normallik Analizi	25
4.2. Çalışma Gruplarının Demografik Özelliklere Göre Dağılımı.....	26
4.3. Çalışma Gruplarının Spora Katılım Güdüsü Ölçeğinden Aldıkları Puanların Dağılımı ve Karşılaştırılması	29
4.4. Değişkenlere İlişkin Faktör Analizleri	30

4.4.1. Çalışma gruplarının cinsiyet değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması	30
4.4.2. Çalışma gruplarının eğitim düzeyleri değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması.....	31
4.4.3. Çalışma gruplarının annelerinin eğitim düzeyleri değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması	33
4.4.4. Çalışma gruplarının babalarının eğitim düzeyleri değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması	34
4.4.5. Çalışma gruplarının ailesinde spor yapan başka birey olup olmaması değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması	36
4.4.6. Çalışma gruplarının turnuva veya yarışmalara katılım düzeyleri değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması	37
4.4.7. Çalışma gruplarının milli sporculuk değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması.....	38
4.4.8. Çalışma gruplarının okuldaki başarı durumu değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması	39
5. TARTIŞMA	41
6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER	45
7. KAYNAKLAR	47
8. EKLER.....	53
Ek 1. Etik Kurul Kararı	53
Ek 2. Kişisel Bilgi Formu.....	54
Ek 3. Spora Katılım Güdüsü Ölçeği.....	55
10. ÖZGEÇMİŞ	56

SİMGELER VE KISALTMALAR

Cm	Santimetre
f	Frekans
n	Örneklem büyüklüğü (Grup sayısı)
ss	Standart Sapma
t	Fark
%	Yüzdelik



TABLO DİZİNİ

<u>Tablo</u>	<u>Sayfa</u>
1. Verilerin Normalliğine İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Katsayıları.....	26
2. Çalışma Gruplarının Dağılımı.....	26
3. Çalışma Gruplarının Demografik Özelliklere Göre Dağılımı.....	28
4. Çalışma Gruplarının Spora Katılım Güdüsü Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Dağılımı.	29
5. Çalışma Gruplarının Spora Katılım Güdüsü Ölçeğinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.	30
6. Çalışma Gruplarının Cinsiyete Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.	31
7. Çalışma Gruplarının Eğitim Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.	32
8. Çalışma Gruplarının Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.	33
Devam Çalışma Gruplarının Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....	34
9. Çalışma Gruplarının Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.	35
Devam Çalışma Gruplarının Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....	36
10. Çalışma Gruplarının Ailesinde Spor Yapan Başka Birey Olup Olmamasına Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.	37
11. Çalışma Gruplarının Turnuva veya Yarışmalara Katılım Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.	38
12. Çalışma Gruplarının Milli Sporculuk Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.	39
13. Çalışma Gruplarının Okuldaki Başarı Durumu Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....	40

ŞEKİL DİZİNİ

Sekil

Sayfa

1. Verilere ilişkin uç değer analizi. 25



1. GİRİŞ

Spor, insanlık tarihinin en köklü ve evrensel etkinliklerinden biridir. Fiziksel sağlık, psikolojik iyilik hali ve toplumsal bağların oluşturulmasında önemli bir rol oynayan ve kültürel çeşitliliğin korunmasına katkıda bulunan sporun, bu kadar çeşitli yönlerinin bulunmasının yanı sıra katılımcılarının motivasyonu sporun bireysel ve toplumsal anlamını şekillendiren temel etmenlerden biri olarak değerlendirilmektedir. Sporcuların niçin spora katıldığı, ne tür kazançlar elde etmeyi amaçladığı ve bu amaçların spor dalları ve kişisel özelliklerle nasıl ilişkilendiği, sporun psikolojik, sosyolojik ve kültürel bağlamda anlaşılmasını zorunlu kılmaktadır (1). Bu doğrultuda mevcut çalışma, Türkiye'de yaygın olan iki farklı spor dalı olan muaythai ve yüzme sporlarında yer alan sporcuların spora katılım motivasyonlarını inceleyerek sporun farklı sosyodemografik özelliklere sahip bireyler için nasıl bir anlam taşıdığını anlamayı hedeflemektedir. Sporcuların motivasyon kaynaklarını anlamak, spor yöneticileri, antrenörler ve spor kulüpleri için sporcuları daha iyi destekleme ve yönlendirme konusunda önemli bir temel oluşturabilir. Ayrıca, sporun toplumsal ve bireysel yaşam üzerindeki etkisini daha iyi anlamak, daha sağlıklı ve aktif toplumlar oluşturmak amacıyla önemli bir adım olabilir.

Bu doğrultuda çalışmanın temel amacı, Türkiye'de muaythai ve yüzme sporlarına katılan sporcuların spora katılım motivasyonlarını incelemek ve bu motivasyonların, sporcuların sosyodemografik özelliklerine ve spor dallarının doğasına göre nasıl farklılık gösterebileceğini araştırmaktır. Sporcuların cinsiyet, eğitim düzeyi ve aile destek faktörlerinin spora katılım motivasyonları üzerindeki etkileri derinlemesine analiz edilmiş ve farklı spor branşları arasındaki motivasyon farklılıkları ortaya konmaya çalışılmıştır. Ayrıca, bu çalışma, sosyal ve kültürel dinamiklerin sporcuların katılım motivasyonları üzerindeki etkilerini anlamak ve sporun toplumsal bağlamdaki önemini daha iyi kavramak amacıyla katkıda bulunmayı hedeflemiştir.

Bu temel amacı gerçekleştirmek için, muaythai ve yüzme sporlarına katılan sporcuların motivasyonlarını ve katılım nedenlerini belirlemek üzere kapsamlı bir araştırma yürütülmüştür. Elde edilen veriler, sporcuların katılım motivasyonlarının farklı faktörlere dayandığını ve bu faktörlerin spor dallarına, sosyodemografik özelliklere ve aile desteğine bağlı olarak nasıl değişebileceğini göstermektedir.

Ayrıca, bu çalışma, sporcuların katılım motivasyonlarını daha iyi anlayarak spor yöneticilerine, antrenörlere ve spor kulüplerine, sporcuları daha etkili bir şekilde yönlendirme ve teşvik etme konusunda daha iyi bilgi sağlama potansiyeli sunmaktadır. Böylece bu araştırma, spor sosyolojisi ve spor psikolojisi alanlarındaki literatürü zenginleştirerek sporun toplumsal bağlamdaki rolünün ve öneminin daha iyi anlaşılmasına yardımcı olmaktadır.



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Spor ve Spor Türleri

Spor, dünya genelinde en yaygın ve çeşitli etkinliklerden biridir. Yüzlerce farklı spor dalı küresel bir topluluk tarafından oynanır, izlenir, öğretilir ve sevilmektedir. Bu evrensel olgu, çok yönlülüğü, erişilebilirliği ve insan ruhunun bir yansıması olma kapasitesi ile tanınmaktadır. Spor, fiziksel aktivite ve rekabetin bir araya geldiği bir alandır. Farklı sporlar, farklı beceri setlerine, ekipmanlara ve oyun alanlarına ihtiyaç duyar, ancak hepsi, bedeni, zihni ve ruhu bir araya getiren bir etkinliktir (1, 2).

Sporun en temel tanımı, belirli bir amacı olan, belirli kurallar ve yönergeler çerçevesinde gerçekleştirilen fiziksel aktiviteler bütünü olarak görülebilir. Ancak bu tanım, sporun geniş yelpazesini ve derin etkisini tam olarak kapsamaz. Spor, bir yandan fiziksel becerileri, dayanıklılığı, hızı ve gücü ölçerken, diğer yandan strateji, takım çalışması, odaklanma ve hızlı karar verme gibi zihinsel yetenekleri de sınamaktadır. Ancak spor, birçok kaynakta farklı şekillerde tanımlanabilir, ancak genel olarak spor, bedensel, zihinsel, sosyal ve kültürel gelişimi amaçlayan, kurallara dayalı veya dayalı olmayan, bireysel veya takım halinde yapılan fiziksel aktivitelerin tümü olarak anlaşılabilmektedir. Spor, hem sağlık hem de eğlence için yapılabilmektedir (3, 4).

İnsanlık tarihinde her zaman var olan ve kuşaklar boyu evrim geçiren spor, fiziksel veya zihinsel etkinlikler aracılığıyla bireyin kendini ifade ettiği, yeteneklerini sergilediği ve bazen rekabet ettiği bir alandır. Ancak sporun ne olduğunu tanımlamak, basitçe topun peşinden koşmak, yarışmak veya bir hedefe ulaşmaktan çok daha derindir. Spor, toplumsal değerleri, kültürel normları, insan psikolojisini, fizyolojisini ve hatta tarihini içeren çok katmanlı bir fenomendir (3, 4).

Spor, genellikle fiziksel hareket ve aktiviteyle ilişkilendirilse de, zihinsel sporlar da bu kategorinin içinde değerlendirilmektedir. Satranç, e-sporlar veya bilgi yarışmaları gibi etkinlikler, fiziksel hareketin minimumda olduğu, ancak stratejik düşünme, analiz ve hızlı karar vermenin kritik olduğu sporlardır. Bu tür sporlar, zihni zorlama ve stratejik düşünme becerilerini geliştirme potansiyeline sahiptir (3-5).

Spor, bireysel olarak oynanabileceği gibi, takım ruhu ve iş birliğine dayalı da olabilmektedir. Sporun birçok farklı türü vardır. Bunlar arasında takım sporları, su sporları, kış sporları, dövüş sporları ve salon sporları gibi geniş kategoriler yer almaktadır. Her biri, kendine has kuralları, stratejileri ve yetenek gereksinimleri ile karakterizedir. Bazı sporlar, hız ve dayanıklılık gerektirirken, diğerleri strateji, beceri veya kuvvet üzerine odaklanabilmektedir. Futbol, basketbol, yüzme, tenis, kayak, boks, yelken ve dans, dünya genelinde yaygın olarak oynanan ve takip edilen bazı sporlardır (1, 2).

Spor sadece rekabet ve eğlence değil, aynı zamanda fiziksel sağlık, zihinsel zindelik, sosyal bağlantılar ve kişisel gelişim de sunmaktadır. Fiziksel egzersiz, sağlıklı bir vücudu destekler, enerji seviyelerini artırır ve kronik hastalıkları önlemeye yardımcı olabilmektedir. Zihinsel olarak, spor, hedef belirleme, problem çözme, odaklanma ve stres yönetimi gibi becerileri geliştirebilmektedir. Toplumsal açıdan, spor, insanları bir araya getirir, dostluklar ve takım ruhu oluşturmaktadır. Farklı yaş, cinsiyet, etnik köken ve sosyal sınıf gruplarından insanlar, ortak bir ilgi etrafında bir araya gelebilmektedir. Spor, kültürel anlayışı teşvik eder ve toplumsal uyumu güçlendirmektedir (1, 2).

Ekonomik olarak, spor endüstrisi, dünya genelinde milyarlarca dolarlık bir pazardır. Profesyonel ligler, turnuvalar, sponsorluklar ve ürün satışları, büyük bir ekonomik etkiye sahiptir. Ayrıca, spor turizmi ve sporla ilgili eğitim ve sağlık hizmetleri de önemli bir ekonomik katkı sağlamaktadır (6, 7).

Eğitim açısından, spor, gençlerin kişisel gelişimlerine yardımcı olmaktadır. Okullarda ve gençlik organizasyonlarında düzenlenen spor etkinlikleri, liderlik, takım çalışması, iletişim ve disiplin gibi hayat becerilerinin gelişmesine katkı sağlamaktadır. Spor, ayrıca, sosyal değişim ve toplumsal etki için de bir araç olabilmektedir. Engelli bireylerin, dezavantajlı toplulukların ve diğer marjinal grupların katılımı, sporun toplumda pozitif bir değişim yaratma kapasitesini göstermektedir. Sonuç olarak, spor, dünya genelinde en yaygın ve etkili etkinliklerden biridir. Fiziksel sağlık, zihinsel zindelik, sosyal bağlantı, ekonomik değer, eğitim ve sosyal değişim gibi birçok alanda etkili olabilmektedir. Her yaş, yetenek ve ilgi düzeyinden insanlar için erişilebilir ve çeşitlidir. Spor, sadece bir oyun veya eğlence değil, aynı zamanda insan ruhunun ve toplumun daha geniş bir yansımasıdır. Oynandığı, izlendiği, öğretildiği ve sevildiği her yerde, spor, insan hayatının zengin ve dinamik bir parçasıdır (6, 7).

Takım sporları, dünyanın dört bir yanında milyonlarca insanın kalbini kazanmış, sosyal etkileşim, fiziksel uygunluk ve rekabet ruhunu bir araya getiren bir kategoridir. Toplumumuzun birçok yönünü şekillendiren bu sporlar, takım çalışması, liderlik, iletişim ve disiplin gibi değerleri de öne çıkarmaktadır. Takım sporları, sadece eğlence ve fiziksel uygunluk değil, aynı zamanda sosyal becerilerin gelişiminde de kritik bir rol oynamaktadır (7, 8).

Takım sporları aynı zamanda toplum içinde etkilere sahiptir. İstihdam olanakları yaratarak antrenörler, hakemler, takım görevlileri ve diğer görevliler içinde yeni olanaklar oluşturmaktadır. Aynı zamanda büyük turnuvalar dünyanın dört bir yanından insanı turnuvanın yapıldığı bölgeye çekerek ekonomiye katkıda bulunmaktadır. Bunlara ek olarak takım sporları okulda takım çalışması, disiplin gibi değerleri gençlere empoze ederek eğitim hayatına katkıda bulunmaktadır (9, 10).

Takım sporları, dünya çapında bir fenomen olarak sadece eğlence ve rekabet sunmaz, aynı zamanda karakter gelişimi, sosyal etkileşim ve liderlik gibi hayati becerilerin kazandırılmasına da yardımcı olmaktadır. Takım sporlarının bir parçası olmak, bir kişinin hem bireysel hem de grup içindeki dinamikleri anlamasına, ayrıca kendine güven, empati ve dayanışma gibi değerleri geliştirmesine yardımcı olabilmektedir. Bu, sporun sadece bir oyun olmadığını, aynı zamanda hayatın bir yansıması olduğunu göstermektedir. Her yaş grubundan insan, bu değerli dersleri almak ve aynı zamanda sağlıklı, aktif bir yaşam tarzı sürdürmek için takım sporlarına katılabilmektedir (10, 11).

Su sporları, insanların su üzerinde veya su içinde yaptığı rekreatif veya yarışma amaçlı etkinliklerdir. Bu geniş kategori, yüzmeden sörf yapmaya, dalıştan kano yarışlarına kadar bir dizi farklı sporu içerir. Su sporları, farklı beceri seviyeleri, ilgi alanları ve yetenekler için uygun bir dizi etkinlik sunmaktadır (12, 13).

Yüzme, en tanınmış su sporlarından biridir. Hem rekabetçi bir spor dalı olarak hem de eğlenceli bir etkinlik olarak kabul edilmektedir. Yüzme, vücudun her kas grubunu çalıştırmaya yardımcı olur ve kardiyovasküler sağlığı desteklemektedir. Ayrıca, yüzme yarışları, senkronize yüzme gibi çeşitli yüzme dallarını içermektedir. Sörf, okyanus dalgalarında yapılan heyecan verici bir su sporudur. Rüzgar sörfü, su kayağı ve Kitesurfing gibi diğer sörf türleri de oldukça popülerdir. Dalış, su altı dünyasını keşfetmeyi sevenler için eşsiz bir deneyim sunar. Scuba dalışı, şnorkelle yüzme, serbest dalış gibi farklı dalış türleri, deniz altı mağaraları, resifler ve batıkları keşfetmeyi sağlamaktadır. Su altı fotoğrafçılığı ve su altı avcılığı gibi özel dalış

etkinlikleri de mevcuttur. Kano ve kürek sporları, nehirler, göller ve denizlerde yapılır. Bu sporlar, tek başına veya takım halinde yapılabilecek yarışlar ve maceralar sunar. Kano, kayak, dragon bot yarışı gibi farklı etkinlikler, su üzerindeki becerileri ve dayanıklılığı geliştirmektedir. Yelken sporu, rüzgarın gücünü kullanarak su üzerinde hareket etmeyi içermektedir. Su sporları, sağlık yararlarının yanı sıra sosyal etkileşim, eğlence ve macera arayanlar için eşsiz fırsatlar sunmaktadır. Ayrıca, bu sporlar, suya duyulan saygı ve çevre koruma bilincini de artırabilmektedir. Sonuç olarak, su sporları, farklı yaş, beceri ve ilgi alanlarından insanlar için çeşitli etkinlikler sunmaktadır. Fiziksel sağlığı desteklemenin yanı sıra, zihinsel ve duygusal refahı da teşvik eder. İster yüzme havuzunda yüzmek, ister dalgalar üzerinde sörf yapmak, isterse de su altı dünyasını keşfetmek olsun, su sporları, hayatın her kesiminden insanlar için heyecan verici ve tatmin edici deneyimler sunmaktadır (12, 13).

Olimpik sporlar, dünya çapında tanınmış ve takip edilen spor etkinliklerinin bir araya geldiği bir kavramdır. Her dört yılda bir düzenlenen Yaz ve Kış Olimpiyat Oyunları, atletlerin bir araya gelip en iyi oldukları disiplinlerde yarıştıkları bir platform sunmaktadır (5, 14).

Yaz Olimpiyatları'nda yer alan sporlar arasında atletizm, yüzme, jimnastik, bisiklet, futbol, basketbol, voleybol, tenis, masa tenisi, golf, rugby ve daha birçok farklı disiplin bulunmaktadır. Bu etkinlikler, farklı beceri setlerini, stratejileri ve yetenekleri temsil eder. Atletizm, koşu, atma ve atlayış etkinliklerini içerir ve olimpiyatların en tanınmış sporlarından biridir. Yüzme, yüzücülerin farklı stillerde yarıştıkları bir başka popüler olimpik spor dalıdır. Takım sporları arasında futbol, basketbol, voleybol ve rugby gibi sporlar bulunmaktadır. Bunlar, takım çalışması, strateji ve atletik yeteneklerin birleşimine dayalıdır (5, 14).

Kış Olimpiyatları ise kayak, snowboard, buz pateni, hız pateni, curling, buz hokeyi ve kızak gibi kış sporlarını içermektedir. Bu etkinlikler, soğuk hava ve karlı koşullarda gerçekleştirilir ve özgün yetenekler ve beceriler gerektirmektedir (5, 14).

Olimpik sporlar, dünya çapında birçok insan için çok daha fazlasını temsil eder. Oyunlar, farklı kültürlerden ve geçmişlerden insanları bir araya getirir, barış, dostluk, anlayış ve mükemmeliyet değerlerini yaymaktadır. Olimpiyatlar, genç sporcular için bir ilham kaynağıdır. Birçok çocuk ve genç yetişkin, olimpik atletlerin başarılarını görerek sporla ilgilenmeye başlamaktadır. Bu da genel sağlık ve fitness düzeylerini artırmaya yardımcı olabilmektedir. Aynı zamanda, olimpik sporlar ekonomi ve turizme de önemli katkılar sağlamaktadır. Ev sahibi şehirler için, olimpiyatlar

genellikle yeni tesislerin inşası, altyapının geliştirilmesi ve uluslararası tanınırlığın artırılması gibi uzun vadeli faydalar getirmektedir. Olimpik sporlar, sadece bir yarış değil, aynı zamanda kültürler arası bir deneyim ve dünya çapında bir topluluk duygusunun da bir ifadesidir (5, 14).

Dövüş sporları, fiziksel güç, teknik beceri, strateji ve disiplinin benzersiz bir birleşimini temsil eder. Bu sporlar, bireysel veya takım yarışmaları olarak düzenlenebilir ve farklı kültürlerin ve tarihlerin geleneklerinden kök almaktadır. İster yumruklaşma, tekmeler, düşürmeler, kavrama veya silah kullanımı olsun, dövüş sporları çok çeşitli teknikler içerir ve dünya çapında popülerdir (15).

Boks, en tanınmış dövüş sporlarından biridir ve atletlerin sadece yumruklarını kullanarak yarıştığı bir spor dalıdır. Boks yarışmaları genellikle rauntlar halinde düzenlenir ve yarışmacılar arasında teknik, hız ve dayanıklılık gerektirmektedir. Judo, Japonya'nın geleneksel dövüş sanatlarından biri olup, atıcı ve düşürme tekniklerine odaklanmaktadır. Bu spor, rakibin dengesini bozmaya ve kontrol etmeye yöneliktir. Taekwondo, Kore kökenli bir dövüş sanatı olup, yüksek ve hızlı tekmelere odaklanmaktadır. Yarışmalarda puanlar, belirli vücut bölgelerine yapılan başarılı vuruşlarla kazanılır. Muaythai, Tayland'ın ulusal sporu olarak bilinir ve yumrukların, dirseklerin, dizlerin ve bacakların kullanılmasına odaklanmaktadır. Bu, oldukça fiziksel bir spor olup, yüksek düzeyde kondisyon ve teknik beceri gerektirmektedir. Dövüş sporları, aynı zamanda zihinsel disiplin ve karakter gelişimi de sağlamaktadır. Bu sporlar, kendine güven, saygı, odaklanma ve kararlılık gibi kişisel niteliklerin gelişimine yardımcı olmaktadır. Fiziksel olarak, dövüş sporları yüksek düzeyde fitness, güç, hız ve esneklik gerektirmektedir. Bu sporlarla ilgilenenler için düzenli antrenman, uygun beslenme ve yeterli dinlenme hayati öneme sahiptir. Düzen, disiplin ve olumlu bir rol modeli sağlayarak, gençlerin kendilerini ifade etmelerine ve yeteneklerini geliştirmelerine yardımcı olabilmektedir. Sonuç olarak, dövüş sporları, fiziksel güç ve beceri ile zihinsel disiplin ve karakterin birleştiği karmaşık ve heyecan verici bir alandır (15).

Salon sporları, kapalı alanlarda oynanan ve fiziksel beceri, taktik zeka ve takım çalışmasının sıkça bir araya geldiği sporlar kategorisini ifade eder. Genellikle hava koşullarından etkilenmeyen bu sporlar, yılın her döneminde oynanabilir, bu da onları popüler kılmaktadır. Salon sporlarının dünya çapında milyonlarca hayranı, oyuncusu ve izleyicisi vardır (16).

Basketbol, salon sporlarının belki de en ünlüsüdür. Oyuncuların, yüksek enerjili hareketlerle topu rakip takımın potasına atmaya çalıştığı bu oyun, hızlı tempolu ve heyecan vericidir. Basketbol, beceri, koordinasyon ve strateji gerektiren bir spor dalıdır. Voleybol da popüler bir salon sporudur. İki takım, topu file üzerinden geçirerek rakip sahaya göndermeye çalışmaktadır. Bu spor, sadece hız ve güç değil, aynı zamanda strateji ve ekip koordinasyonu da gerektirmektedir. Badminton, oyuncuların bir raket kullanarak bir tüy topu (shuttlecock) rakip oyuncunun sahasına göndermeye çalıştığı hızlı bir spor dalıdır. Hızlı refleksler, keskin gözlem ve mükemmel el-göz koordinasyonu gerektiren bu spor, oldukça heyecan vericidir. Masa tenisi, bir masanın iki tarafında oynanan hızlı ve taktiksel bir oyundur. Küçük bir topun ve racketlerin kullanıldığı bu spor, reflekslerin ve stratejik düşünmenin sınındığı bir alandır. Jimnastik, atletlerin fiziksel güç, esneklik, denge, koordinasyon, dayanıklılık ve zarafeti bir araya getirdiği bir salon sporudur. Barlar, kırışlar ve yer hareketleri gibi farklı aletler üzerinde sergilenen rutinler hem teknik zorlukları hem de estetik güzellikleri ile bilinmektedir. Hentbol, iki takımın topu eliyle taşıyarak rakip kaleye atmaya çalıştığı bir oyundur. Fiziksel gücün yanı sıra takım çalışması ve strateji de bu sporun temel bileşenlerindendir. Futsal, futbolun kapalı alan versiyonudur ve hızlı tempolu, beceri odaklı bir oyun olarak bilinir. Küçük bir alanda oynanmasından dolayı, oyuncuların hızlı düşünmesi, karar vermesi ve top kontrolü becerisini sergilemesi gerekmektedir (16).

Salon sporları, oyunculara sadece fiziksel avantajlar sağlamaz. Aynı zamanda, disiplin, takım çalışması, stratejik düşünme ve problem çözme gibi yaşam becerilerini de geliştirmelerine yardımcı olmaktadır. Oyunlar sırasında alınan hızlı kararlar, gerçek hayatta karşılaşılan zorluklara ve baskılara karşı dayanıklılığı artırabilmektedir (16).

Diğer sporlar kategorisi, ana akım spor dallarının dışında kalan fakat yine de dünya genelinde birçok insanın ilgisini çeken sporları içermektedir. Bu sporlar, çeşitlilik, özgünlük ve sıklıkla kültürel mirasın bir parçası olma özelliği ile tanınmaktadır. Bu sporlar arasında golf, eskrim, fitness, bowling, dart, curling, paintball, lakros, kriket gibi sporlar bulunmaktadır (17).

Bu "diğer" sporlar, yerel kültürlerin, coğrafi koşulların ve insan yaratıcılığının bir yansıması olarak kabul edilebilmektedir. Her biri, oynandığı ülkelerde veya bölgelerde kendi tarihini, kurallarını, taktiklerini ve yetenek gereksinimlerini taşımaktadır. Geleneksel veya modern, takım veya bireysel, bu sporlar, yaşamın bir parçası olarak insanların kendilerini ifade etmelerine, yeni beceriler kazanmalarına ve

dünya genelinde benzer ilgi alanlarına sahip diğer insanlarla bağlantı kurmalarına yardımcı olmaktadır (17).

2.2. Yüzme Sporuna ve Özellikleri

Yüzme sporu, insanların su içinde kulaç ve ayak hareketleriyle ilerledikleri hem sağlık hem de eğlence için yapılan bir aktivitedir. Yüzme sporu, farklı mesafelerde ve stillerde yarışmalar şeklinde de düzenlenebilmektedir. Yüzme sporunun tarihi çok eskilere dayanır. İnsanlar, avlanmak, yıkanmak veya savaşmak gibi ihtiyaçlar için yüzmeyi öğrenmişlerdir. Yüzmenin kökenleri, taş devri çağlarına kadar uzanır, ancak modern yüzme teknikleri ve yarışmaları, 19. yüzyılın başlarında ortaya çıkmıştır. Antik dönemde yüzme, savaş ve avlanma becerilerinin bir parçası olarak kabul edildi. Zamanla, yüzme sadece işlevsel bir yetenek olmaktan çıkmış, sanat ve estetik bir form haline gelmiştir. Yüzme sporu, ilk olarak 19. yüzyılda Avrupa'da federasyonlar kurularak ve kurallar belirlenerek resmi bir spor dalı haline gelmiştir (11, 18).

Yüzme, dört ana stile ayrılır: serbest, sırtüstü, kelebek ve kurbağalama. Her stil, farklı vücut hareketlerini ve nefes kontrolünü içermektedir. Serbest yüzme, en hızlı ve en yaygın stildir. Sırtüstü, yüzücünün sırt üstü yattığı tek stildir. Kelebek, en zor stillerden biri olarak kabul edilirken, kurbağalama, en eski stilden biridir (19, 20).

Yüzme sporunun insanlara pek çok faydası vardır. Yüzme sporu yapmak, vücuttaki tüm kasları çalıştırır ve kalp-damar sistemi, solunum sistemi, sindirim sistemi ve bağışıklık sistemi gibi organların sağlıklı olmasını sağlamaktadır. Yüzme sporu yapmak, aynı zamanda kilo vermeye, kas kütlesi kazanmaya ve vücut şeklini düzeltmeye yardımcı olmaktadır. Yüzme sporu yapmak, stresi azaltır, ruh halini iyileştirir, özgüveni artırır ve kendini gerçekleştirme duygusunu vermektedir. Yüzme sporu yapmak, sosyal ilişkileri güçlendirir, işbirliği becerilerini geliştirir ve kültürel farklılıklara saygı duymayı öğretir (19, 20).

Yüzme, kardiyovasküler sağlık, kilo kontrolü, kas gücü ve esnekliği için mükemmel bir egzersizdir. Düşük etkili bir spor olması, yüzmenin eklem ve kas ağrılarına neden olmadan uygun bir antrenman sunmasını sağlamaktadır. Ayrıca, yüzme stresi azaltabilir ve zihinsel sağlığı artırabilmektedir (19, 21).

Rekabetçi yüzme, dünya genelinde bir fenomendir. Olimpiyat oyunları, Dünya Şampiyonaları ve diğer uluslararası etkinlikler, yüzmenin rekabet düzeyini

göstermektedir. Yarışmalar, yüzücülerin yeteneklerini, hızlarını ve dayanıklılıklarını sınamak için düzenlenmektedir. Olimpiyatlar gibi büyük etkinliklerde, yüzücüler kendi ülkeleri adına yarışmaktadır (22).

Yüzme, çok boyutlu bir spor dalıdır. Tarih boyunca gelişmiş, çeşitli stilleri ve teknikleri ile insanların hayatlarını zenginleştirmiştir. Sağlık yararları, fiziksel ve zihinsel olarak bireyler için faydalıdır. Eğitim, güvenlik ve yetenek gelişimini sağlar ve yarışmalar, yüzmenin heyecan verici ve rekabetçi bir yönünü ortaya koymaktadır. Bu çeşitlilik ve zenginlik, yüzmenin dünya çapında bir spor dalı olarak neden bu kadar değerli olduğunu göstermektedir. Fakat bunca çeşitlilikle beraber güvenli bir ortama ihtiyaç duyulmaktadır bu da yüzmenin ilk ve en önemli yönlerini güvenlik ve kurtarma yapmaktadır. Suyun tehlikeli olabileceği anlaşılmalı ve uygun önlemler alınmalıdır. Yüzme eğitimi almak, suya düşme veya boğulma tehlikesi karşısında nasıl hareket edileceğini öğretir. Profesyonel yüzücüler aynı zamanda su kurtarma ekiplerinde de yer alabilirler. Bu, yüzmenin sadece bir spor dalı olmadığını, aynı zamanda hayati bir kurtarma becerisi olduğunu göstermektedir. Bunların yanında her işte olduğu gibi yüzme sporu içerisinde de yüzmenin psikolojik ve sosyal yönleri de oldukça önemlidir. Yüzme, stresi azaltma, özgüveni artırma ve sosyal etkileşimi teşvik etme gibi birçok faydasıyla bilinmektedir. Aynı zamanda, sosyal gruplar arasında köprü görevi görür, insanların birlikte vakit geçirmelerine ve birbirlerine destek olmalarına yardımcı olmaktadır (20, 23,).

Ekipman ve teknoloji, yüzmenin başka bir yönünü oluşturur. Modern yüzme giysileri, malzemeleri ve teknolojileri yüzme performansını artırmak, güvenliğini sağlamak ve yüzücülerin yeteneklerini en üst düzeye çıkarmak için tasarlanmıştır. Bu teknolojik gelişmeler, yüzmenin daha erişilebilir ve keyifli hale gelmesine yardımcı olmuştur. Teknolojik gelişmeler yüzmenin çok daha büyük kitlelere ulaşmasına neden olmuştur bu kitlelerden biriside engelli bireylerdir. Yüzme, engelli bireyler için de oldukça önemlidir. Engelli bireyler için tasarlanmış özel yüzme teknikleri ve ekipmanları, onların suyla bağlantı kurmalarına ve yüzmenin fiziksel ve zihinsel faydalarından yararlanmalarına yardımcı olmaktadır. Bu, yüzmenin kapsayıcı ve dönüştürücü bir spor dalı olduğunu göstermektedir (24, 25).

Yüzme esnasında su, vücudumuzun tüm yüzeyiyle temas eder. Suyun yoğunluğunun fazlalığı vücudumuza hafif bir basınç uygulanmasını sağlar. Var olan bu basınç kan dolaşımının artmasını desteklemektedir. Kan dolaşımının etkin olması ile kalp sağlığı desteklenmektedir. Yüzme aynı zamanda kalp ritmini düzenlemeye

yardımcı olur ve akciğerin solunum kapasitesini arttırarak kalbe temiz kanın ulaşmasını desteklemektedir. Bu yüzden yüzme sporu kalp sağlığı için birçok yönden destekleyici bir spordur. Esneklik kazandıran suyun yoğunluğu ile kemikler ve eklemler rahatlamaktadır. Kemik ve eklemlerin rahatlık kazanması ise esneklik kazanılması demektir. Bu da uzuvların daha geniş açılarla açılabilmesi anlamına gelir. Kas, eklem ve kemik sorunlarında fiziksel aktivite olarak yüzme ideal bir spordur. Su içindeyken kas ve eklemlerin diğer organ ve bölgelerle omurgaya baskı hissettirilmeden uyum içinde çalışması sağlanmaktadır. Diğer bir yandan sıcak veya ılık su eşliğinde yüzmek; sırt ağrıları, eklem ağrıları, eklem iltihabı ağrıları gibi ağrıların giderilmesine yardımcı olabilmektedir. Bunlar sadece faydalarından bazılarıdır (22, 23, 25).

Yüzmenin kültürel ve küresel perspektifleri, dünyanın farklı bölgelerinde nasıl ifade edildiğini ve nasıl benimsendiğini göstermektedir. Farklı kültürlerde yüzme, çeşitli ritüeller, gelenekler ve sosyal etkinliklerle bağlantılı olabilir. Aynı zamanda, yüzme, dünya genelinde farklı toplumları bir araya getiren bir spor dalıdır. Sonuç olarak, yüzme sadece bir egzersiz veya rekreatif etkinlik değil, aynı zamanda karmaşık ve çok yönlü bir alandır. Güvenlikten psikolojiye, teknolojiden çevresel sorumluluğa kadar, yüzmenin birçok farklı yönü vardır. Engelli bireyler için fırsatlar sunan, dünya genelinde farklı kültürler arasında bağlantılar kuran ve hem bireylerin hem de toplumların sağlığına ve refahına katkıda bulunan bir spor dalı olarak yüzme, insan yaşamının ayrılmaz bir parçasıdır (22, 23, 25).

2.3. Muaythai Sporü ve Özellikleri

Muaythai'nin tarihi, Tayland'ın tarihine kadar uzanır. 13. yüzyılda ortaya çıkmış olan bu dövüş sanatı, başlangıçta savaş alanlarında kullanılan bir teknikti. Yıllar içinde gelişen ve değişen Muaythai, günümüzde popüler bir spor ve öz savunma yöntemi haline gelmiştir. Muaythai, Tayland'ın ulusal sporu ve kültürel bir sanatı olarak bilinmektedir. Tayland dövüş sanatlarının en bilinen temsilcisi olan Muaythai, dünya çapında birçok kişi tarafından uygulanmaktadır. Hem fiziksel hem de zihinsel olarak zorlayıcı bir spor olan Muaythai, yalnızca vücut gücüne değil, aynı zamanda taktiksel düşünmeye, hızlı karar vermeye ve zihinsel dayanıklılığa da odaklanmaktadır (22, 23).

Muaythai'nin temel özelliği, vücudun sekiz farklı bölgesinin - yumruk, dirsek, diz ve ayak - dövüşte etkin bir şekilde kullanılmasıdır. Bu yüzden "Sekiz Uzuflu Sanat" olarak da anılmaktadır. Her bir uzuv, rakibi etkisiz hale getirmek, dengeyi bozmak veya puan kazanmak amacıyla kullanılabilir. Muaythai'de uygulanan temel teknikler arasında yumruk atma, tekmeleme, dizleme, dirsek vuruşları ve kavrama bulunmaktadır. Bunların yanı sıra, farklı savunma pozisyonları, hareketler ve stratejiler de sporun önemli bir parçasıdır. Yumruk atma teknikleri, boksta olduğu gibi Muaythai'nin temel taşlarından biridir. Farklı açılardan ve yüksekliklerden yapılan yumruk atışları, rakibe karşı üstünlük sağlamak için kullanılmaktadır. Tekmeleme, Muaythai'nin en güçlü ve etkileyici yönlerinden biridir. Farklı tekniklerle uygulanan tekme, çeşitli hedeflere yönelik olarak kullanılabilir. Ön tekme, yan tekme ve döner tekme gibi tekme, etkili bir şekilde kullanıldığında oldukça etkilidir. Dizleme, Muaythai'nin en karakteristik hareketlerindendir. Rakibin vücuduna ya da başına yapılan diz vuruşları, güçlü ve etkileyici olabilir. Dizleme teknikleri, kavrama içerisinde veya uzaktan da uygulanabilir. Muaythai'nin bir diğer ayırt edici özelliği de dirsek kullanımıdır. Dirsek vuruşları, özellikle yakın mesafede oldukça etkilidir ve ciddi hasar verebilir (22, 23).

Muaythai antrenmanları, oldukça zorlayıcıdır ve katılımcılardan yüksek derecede disiplin, dayanıklılık ve kararlılık gerektirmektedir. Antrenmanlar, teknik becerilerin yanı sıra dayanıklılık, hız, güç ve esneklik üzerine de odaklanmaktadır. Sporcuların günlük antrenman rutinleri, koşu, ip atlama, gölge boks, pad çalışması, çuval vuruşları, sparring ve kondisyon çalışmalarını içerir. Muaythai, sadece bir dövüş sanatı değil, aynı zamanda bir yaşam tarzıdır. Kendine özgü teknikleri, disiplin anlayışı ve zihinsel odak gereksinimi ile bu spor, dünya genelinde büyük bir hayran kitlesine sahiptir (26, 27).

Muaythai'nin zorlu ve rekabetçi bir spor olması, güvenlik önlemlerinin önemini artırmaktadır. Bu nedenle, uygun ekipmanlar ve güvenlik protokolleri, yaralanmaları önlemek adına kritik öneme sahiptir. Muaythai'de kullanılan eldivenler, boks eldivenlerine benzer, ancak bazı farklılıklar içermektedir. Eldivenler, yumruk atışlarını yumuşatmak ve sporcuların ellerini korumak için tasarlanmıştır. Özellikle antrenman ve amatör müsabakalarda baş koruyucular kullanılmaktadır. Bu, baş ve yüz yaralanmalarını önlemeye yardımcı olur. Diş koruyucular, sporcuların ağızlarını ve dişlerini korumaktadır. Özellikle dirsek vuruşları ve tekme sırasında vazgeçilmezdir. Dizlikler ve ayak koruyucular, dizleme ve tekmeleme sırasında olası

yaralanmaları önlemek için kullanılmaktadır. Antrenman çantaları, yumruk minderleri ve diğer yardımcı ekipmanlar, antrenmanlarda kullanılır ve sporcuların tekniklerini geliştirmelerine yardımcı olmaktadır (28).

Muaythai yarışmaları, belli başlı kurallara tabidir. Bu kurallar, sporcuların güvenliğini sağlamak ve yarışmanın adil bir şekilde yürütülmesini garantilemek amacıyla belirlenmektedir. Profesyonel Muaythai müsabakaları genellikle 5 raunt sürer ve her raunt 3 dakika olarak belirlenmektedir. Amatör müsabakalar ise daha kısa olabilir. Muaythai'de puanlama, yapılan hareketlerin etkinliğine, gücüne ve teknik yeteneğine dayalı olarak yapılmaktadır. Tekmeler ve diz vuruşları genellikle en yüksek puanı alırken, yumruk atışları daha düşük puanlanmaktadır. Müsabakalarda bir merkez hakem ve yan hakemler bulunmaktadır. Hakemler, müsabakanın adil bir şekilde yürütülmesini sağlamak ve sporcuların güvenliğini korumakla yükümlüdür (28, 29).

Muaythai, yüksek tempolu ve yoğun bir spor olduğundan, vücuda belirli bir derecede yük bindirebilmektedir. Bu, bazı sağlık risklerini de beraberinde getirebilmektedir. Ancak uygun eğitim, beslenme ve dinlenme ile bu riskler minimize edilebilir. Muaythai, vücudu güçlendirir ve genel fiziksel kondisyonu artırmaktadır. Kas kütlesini artırmaya, yağ oranını düşürmeye, dayanıklılığı geliştirmeye ve koordinasyonu artırmaya yardımcı olmaktadır. Muaythai, zihinsel odak, öz disiplin ve kendine güven gibi alanlarda da olumlu etkilere sahip olabilir. Ayrıca stresi azaltmaya ve ruh halini yükseltmeye de yardımcı olabilmektedir. Her spor gibi, Muaythai'de de yaralanma riski vardır. Bu risk, uygun ekipman kullanımı, düzgün teknikler ve deneyimli antrenörlerle minimize edilebilmektedir (30).

Muaythai, Tayland'ın milli sporu olmanın ötesinde, bir kültürel miras ve geleneksel sanat formudur. Tayland'da, bu dövüş sanatı, tarihi, dini ve kültürel bağlantıları olan bir uygulamadır. Öyle ki, bazı Muaythai ritüelleri ve seremoniler, Budist inançlarıyla bağlantılıdır. Wai Khru Ram Muay, her müsabaka öncesinde gerçekleştirilen bir dans ritüelidir. Bu, sporcuların öğretmenlerine, ailelerine ve atalarına saygılarını sunmalarının bir yoludur. Muaythai, güçlü teknikler, stratejik düşünme, zihinsel odak ve kültürel bağlamıyla benzersiz bir spor ve dövüş sanatıdır. Hem rekabetçi bir spor dalı hem de etkili bir öz savunma yöntemi olarak, dünya genelinde popülerliğini sürdürmektedir. Muaythai fiziksel ve zihinsel faydalarının yanı sıra, Muaythai aynı zamanda Tayland'ın tarihini, kültürünü ve geleneklerini de yansıtmaktadır. Dünya genelinde birçok insan, bu zorlu ve ödüllendirici sporda yeteneklerini geliştirmek için çalışmaktadır. Bu etkileyici dövüş sanatı, dünya

genelindeki birçok spor meraklısının hayranlığını kazanmaya devam etmektedir (22, 23).

2.4. Spora Başlama Süreçleri ve Güdülerin Rolü

2.4.1. Sporla ilgilenme ve spora başlama kararı alma süreçleri

Spora başlama, bireylerin fiziksel ve zihinsel sağlıklarını geliştiren, sosyal beceriler kazandıran, özgüveni artıran ve yaşam kalitesini yükselten bir süreçtir. Spor, sadece bedeni değil, aynı zamanda zihni de güçlendirmektedir. Ancak spora başlama süreci herkes için kolay olmamaktadır Spora başlamada öncelikli olarak karar verme aşamaları şunlardır: (31, 32)

1. Karar Aşaması

- a. *Bilgi Toplama:* Spora başlama süreci, hangi spor dalının seçileceği, ne zaman ve nerede başlanacağı gibi konuların araştırılmasıyla başlamaktadır. Hangi sporun bireyin yaşam tarzına, sağlık durumuna ve ilgi alanlarına uygun olduğu değerlendirilmelidir.
- b. *Amaç Belirleme:* Bu aşamada, spora başlamanın amacı belirlenmektedir. Bu, kilo verme, kas yapma, sağlıklı bir yaşam tarzı oluşturma veya yarışmalara katılma gibi farklı amaçlar olabilmektedir.

2. Hazırlık Aşaması

- a. *Ekipman ve Yer Seçimi:* Spora başlamadan önce uygun ekipman ve mekanın seçilmesi gerekmektedir. Hangi spor dalına karar verildiyse ona uygun aletler, giysiler ve mekanlar bulunmalıdır.
- b. *Sağlık Kontrolü:* Spora başlamadan önce bir sağlık kontrolünden geçmek, herhangi bir sağlık sorununun erken tespit edilmesi açısından önemlidir.

3. Uygulama Aşaması

- a. *Program Oluşturma:* Haftalık ve aylık hedeflere uygun bir antrenman programı oluşturulmaktadır. Bu hem motivasyonu artırır hem de belirlenen hedeflere ulaşmayı kolaylaştırmaktadır.
- b. *Takip ve Değerlendirme:* Başlangıçta belirlenen hedeflere ulaşip ulaşılmadığı sürekli olarak değerlendirilmelidir. Bu, gelişimi takip etmek için önemlidir (31, 32).

Spora başlamak için söz edilebilen yukarıdaki basamakların yanı sıra bu basamakların sağlıklı bir şekilde aşılmasında güdülerin de önemli rol sahibi olduğu ifade edilmektedir. Güdüler, spora başlama sürecinde merkezi bir rol oynamaktadır. İster kilo vermek ister yeni bir yetenek kazanmak olsun, güdüler bu hedeflere ulaşmada anahtar bir faktördür (33).

Spor başlama noktasındaki güdülerini kendi içerisinde iki temel alana ayırmak mümkündür. Bunlar:

- a. **İçsel Güdüler:** İçsel güdüler, bireyin kendine özgü arzuları ve ihtiyaçlarından kaynaklanmaktadır. Özgüven kazanma, bedeni güçlendirme veya yeni bir yetenek kazanma gibi içsel güdüler, spora başlama sürecinde motivasyon kaynağı olabilmektedir.
- b. **Dışsal Güdüler:** Dışsal güdüler, başkalarının beklentileri, sosyal baskı veya ödüller gibi dış faktörlerden kaynaklanmaktadır. Bir arkadaş grubuyla birlikte spor yapma isteği veya bir yarışmaya katılma arzusu, dışsal güdüler arasında yer alabilmektedir (31, 32).

Spora başlama süreci karmaşık ve çok boyutlu bir süreç olup, planlama, karar verme, hazırlık ve uygulama aşamalarını içermektedir. Bu sürecin başarılı bir şekilde yürütülmesinde güdülerin önemli bir rolü vardır. Bireyin spora başlama kararını etkileyebilir ve devamını sağlayabilmektedir. Spora başlama süreci, başlangıç aşamasının ardından, sürecin devamlılığını sağlamak adına uygulama aşamasına geçilmektedir (34, 35).

Devamlılık Aşaması

- a. **Motivasyon:** Spora devam etmek, başlamaktan daha zor olabilmektedir. İçsel ve dışsal güdülerin rolü, bu aşamada kritik öneme sahiptir. Kendine özgü hedeflere ulaşma arzusu, sosyal destek veya profesyonel başarı gibi güdüler, devamlılığı sağlamada etkili olabilmektedir.
- b. **Engellerin Aşılması:** Çeşitli engeller, bireyin spora devam etme kararını etkileyebilmektedir. Yorgunluk, zaman eksikliği veya maliyet gibi engeller, uygun stratejiler ve güçlü güdülerle aşılabilecek sorunlardır.
- c. **Adaptasyon:** Farklı spor dallarının gereksinimleri ve zorlukları vardır. Bireyin bu zorluklara uyum sağlaması, başarının sürdürülmesi için önemlidir. Güdüler, bu adaptasyon sürecinde önemli bir itici güç olabilmektedir.
- d. **İlerleme ve Başarı Takibi:** Sporla ilgili ilerlemenin ve başarının takip edilmesi, motivasyonu sürdürmek için kritik öneme sahip olabilmektedir.

Hedeflere ulaşıldıkça, bu başarılar ödüllendirilmeli ve yeni hedefler belirlenmelidir.

Spora başlama süreçleri ve güdülerin rolü, insan sağığı, psikolojisi ve toplumsal etkileşimi üzerinde çok yönlü bir etkiye sahiptir. Bu konunun geniş ve kapsamlı bir analizi, spora başlama sürecinin karmaşıklığını ve bireylerin bu süreci nasıl yönlendirdiklerini aydınlatmaktadır (22, 34, 36).

Güdülerin etkisi, bireyden topluma, sağıktan eğitime, psikolojiden sosyal etkileşime kadar uzanmaktadır. Spor, yaşamın bir parçası haline geldiğinde, bireyler ve toplumlar için çok yönlü faydalar sunmaktadır. Bu karmaşık ve zengin sürecin anlaşılması, her bireyin spora olan yaklaşımını daha bilinçli ve etkili hale getirebilmektedir (34).

Spora başladıktan sonra, bireyin gelişimini takip etmesi ve değerlendirmesi önemlidir. Bu, hedeflere ulaşmada ne kadar ilerleme kaydedildiğini anlamaya, motivasyonu sürdürmeye ve gerektiğinde planları düzenlemeye yardımcı olmaktadır. Spora başlama kararı alma süreci, karmaşık ve çok boyutlu bir süreçtir. Farklı motivasyon kaynakları, bireysel ihtiyaçlar ve beklentiler, süreci şekillendiren etmenlerdir. Bu süreç, sadece fiziksel bir gelişim değil, aynı zamanda bireyin psikolojik ve sosyal olarak da büyümesine yardımcı olabilmektedir. Spora başlama kararı, özenli planlama, motive olma ve sürekli değerlendirme gerektiren bir yoldur, ancak sağladığı faydalarla bunu fazlasıyla karşılamaktadır (37-39, 49).

2.4.2. Spora başlama sürecinde güdülerin rolü ve etkisi

Günümüz dünyasında spor, yalnızca profesyonel atletler için değil, aynı zamanda sağılıklı bir yaşam tarzı sürdürmek isteyen herkes için vazgeçilmez bir unsurdur. İster bir spor dalında ustalaşmak, isterse sadece fiziksel sağığı artırmak amacıyla olsun, spora başlama süreci herkes için bir dönüm noktası olabilmektedir. Bu süreç, çeşitli güdüler tarafından şekillendirilmekte ve yönlendirilmektedir (42, 44).

Güdü, bir bireyin belirli bir amaca ulaşma isteğı ya da bir şeyi yapma arzusudur. Güdüler, içsel ve dışsal olmak üzere iki ana kategoriye ayrılmaktadır. İçsel güdüler, bireyin iç dünyasından kaynaklanırken, dışsal güdüler çevresel faktörlerden etkilenmektedir. Bu çerçevede spora başlama sürecinde içsel ve dışsal güdülerin bir arada olduğu gibi birbirinden ayrışan olgulardan da söz edilebilmektedir. Literatür

incelendiğinde spora başlama sürecinde içsel güdülerin rolü şu şekilde özetlenebilmektedir (33, 40, 41):

- *Kendi Kendine Güdüleme*: İnsanlar, sağlık, zindelik veya kişisel başarı gibi içsel faktörlerle spora yönlendirilebilmektedir. Kendini aşma arzusu, yeni bir yetenek geliştirme isteği gibi güdüler, bireyin sporla ilgilenmesini sağlamaktadır.
- *Zevk ve Tatmin*: Spor, fiziksel tatmin ve zevk sağlar. Bazı insanlar, yalnızca eğlenmek ve kendilerini iyi hissetmek için spora başlamaktadır.
- *Kişisel Gelişim ve Kendini İfade Etme*: Bazı insanlar, spora kişisel gelişim ve kendilerini ifade etme aracı olarak bakarlar. Spor, karakter gelişimine ve bireysel kimliğin oluşumuna katkı sağlamaktadır.

İçsel güdülerin yanı sıra dışsal güdülerin de çeşitli etkileri mevcuttur. Bu doğrultuda spora başlama sürecinde etkin kabul edilen ve literatürde sıkça atıflarda bulunulan nedenler şunlardır:

- *Sosyal Baskı ve Beğeni*: Aile, arkadaşlar veya sosyal çevre, bireyin spora başlama kararını etkileyebilmektedir. Sosyal medyanın popülerleştirdiği sporlar da buna örnek olabilmektedir.
- *Ekonomik Faktörler*: Bazı insanlar, sporun potansiyel ekonomik faydaları (örneğin, profesyonel bir sporcu olma şansı) tarafından güdülenmektedir.
- *Sağlık ve Zindelik*: Dışsal güdüler arasında, doktor tavsiyesi veya toplumun sağlıklı yaşam tarzına yönelik baskısı gibi faktörler de bulunabilmektedir (33, 42 43).

Spora başlama sürecinde güdüler, çok yönlü ve karmaşık bir yapıya sahiptir. İçsel ve dışsal güdüler, bireyin bu yola niçin ve nasıl başladığı üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır. İster zevk için, ister başarı için olsun, güdüler her sporcunun yolu üzerinde belirleyici bir faktördür (31, 44-46). Öte yandan literatürdeki pek çok çalışma, güdülerin çeşitli sosyokültürel ve sosyodemografik özelliklere göre değişebildiğini göstermektedir. Buna göre spora başlamada yaş, cinsiyet, psikolojik durum, çeşitli ekonomik faktörler ve akran etkisi, güdülenme sürecinde etkin faktörler olarak değerlendirilmektedir.

2.5. Muaythai ve Yüzme Sporcularının Güdüleri ve Motivasyonun Önemi

2.5.1. Muaythai sporcularının güdüleri ve motivasyon kaynakları

Motivasyon ve güdü, muaythai gibi zorlu ve vahşi bir spor dalında başarının anahtarlarından. İster bir şampiyon olma hayaliyle yanıp tutuşan genç bir yetenek, isterse sadece kendini korumayı öğrenmek isteyen bir hobi dövüşçüsü olsun, her muaythai sporcusunun arkasında güçlü bir güdü bulunmaktadır (47, 48).

- *Bireysel Başarı:* Sporcular, kişisel gelişim ve yeteneklerini artırma arzusunda olduklarından, kendilerine belirledikleri hedeflere ulaşma motivasyonu duymaktadır.
- *Tutku:* Muaythai, disiplin, güç ve teknik gerektiren bir spor olduğundan, sporcular bu spora karşı doğal bir tutku duyabilmektedir.
- *Rekabetçi Duygular:* Bazı sporcular, yarışma ve kazanma ihtiyacından güdülenir. Rakipleri yenmek ve kendilerini kanıtlamak isteyebilmektedir.
- *Maddi Ödüller:* Profesyonel düzeyde, turnuva ödülleri veya sponsorluk anlaşmaları gibi maddi teşvikler önemli bir motivasyon kaynağı olabilmektedir.
- *Sosyal Kabul ve Statü:* Başarılı bir sporcunun toplum içindeki saygınlığı, bazı sporcular için güçlü bir motivasyon kaynağı olabilmektedir.
- *Takım ve Antrenör Destek:* Takım arkadaşları, antrenörler ve diğer destek personelinin teşvik ve destekleyici tavrı, sporcuların motivasyonunu artırabilmektedir.
- *Kültürel Bağlar:* Muaythai, Tayland'ın milli sporudur ve bu kültürel bağ, Taylandlı sporcular için ek bir güdü olabilmektedir.
- *Sosyal İlişkiler:* Takım arkadaşları ve diğer sporcularla kurulan ilişkiler, spora olan bağlılığı ve motivasyonu artırabilmektedir (47, 49, 50).

Muaythai sporcularının güdüleri ve motivasyon kaynakları, içsel ve dışsal faktörlerden oluşmaktadır. İçsel güdüler, bireysel başarı, tutku ve rekabetçi duyguları içerirken, dışsal güdüler arasında maddi ödüller, sosyal kabul, kültürel ve sosyal dinamikler gibi faktörler bulunmaktadır (51, 52).

2.5.2. Yüzme sporcularının güdöleri ve motivasyon kaynakları

Yüzme sporcularının güdölerini anlamak için içsel ve dışsal güdölerden daha fazlasına ihtiyaç vardır. Kültürel, sosyal ve psikolojik faktörler de bu karmaşık denklemde önemli bir rol oynamaktadır. Yüzme, farklı kültürlerde farklı anlamlara gelebilir ve bu da yüzücülerin motivasyonlarını etkileyebilmektedir (53):

- *Kültürel Değerler ve Normlar:* Bazı kültürler yüzme gibi fiziksel etkinlikleri teşvik ederken, diğöleri belki de bu tür etkinliklere karşı daha tutucu olabilmektedir.
- *Milli Gurur:* Uluslararası yarışmalara katılmak, yüzücüler için ölkelerini temsil etme fırsatı olabilir, bu da ekstra motivasyon sağlayabilmektedir.

Yüzme, bireysel bir spor olmasına rağmen, sosyal etkileşimler yüzücülerin motivasyonlarını büyük ölçüde etkileyebilmektedir (20, 47, 48, 52).

- *Sosyal Bağlantılar:* Takım arkadaşları ve diğöer yüzücülerle olan ilişkiler, yüzücülerin sosyal destek ağı olabilmektedir.
- *Toplumsal Beklentiler:* Aile, arkadaşlar, ve toplumun geneli tarafından belirlenen beklentiler ve standartlar, yüzücülerin hedeflerini ve motivasyonlarını şekillendirebilmektedir.

Yüzme sporcularının diğöer her spor branşında olduğı gibi güdölerinde psikolojinin rolü büyüktür. Başarılı yüzücülerin psikolojik olarak birçok ortak noktası bulunmaktadır (18, 34, 35).

- *Zihinsel Sağlamlık:* Başarılı yüzücüler, zorluklarla başa çıkabilmek ve baskı altında performans gösterebilmek için zihinsel sağlamlığa ihtiyaç duymaktadır.
- *Otokontrol ve Odaklanma:* Yüzme, otokontrol ve odaklanma gerektiren bir spor dalıdır. Bu beceriler, yüzücülerin motivasyonlarını da desteklemektedir.
- *Olumlu Kendi Kendine Konuşma:* Kendi kendine teşvik edici ve olumlu düşünceler, yüzücülerin motivasyonunu artırabilmektedir.

Bu karmaşık ve çok boyutlu doğa, yüzmenin yalnızca fiziksel bir etkinlik olmadığını, aynı zamanda zihinsel, duygusal, sosyal ve kültürel bir deneyim olduğunu göstermektedir. Yüzme, bireyleri kendilerini keşfetmeye, büyümeye ve öğrenmeye teşvik eder.

2.5.3. Muaythai ve yüzme sporcularının güdülerinin karşılaştırılması

Muaythai ve yüzme, farklı spor dalları olduklarından, sporcularının güdülerinde de doğal olarak farklılıklar bulunmaktadır. Aşağıda ilgili farklara ilişkin temel konseptlere değinilmiştir;

- *Bireysel ve Takım Dinamikleri:* Muaythai, özünde bireysel bir dövüş sanatıdır. Bu yüzden, başarı, daha çok kişisel beceri ve çaba ile ilişkilidir. Yüzme, bireysel performansa da odaklanır, ancak bazı yarışmalarda takım ruhu önemlidir.
- *Fiziksel Talepler:* Muaythai'nin fiziksel talepleri, güç, hız ve dayanıklılık üzerine odaklanırken, yüzme aerobik kapasite, teknik yetenek ve su içindeki uyum üzerine odaklanılmaktadır.
- *Risk ve Cesaret:* Muaythai, daha yüksek bir risk ve cesaret seviyesi gerektirebilir, yüzme ise genellikle bu tür riskleri içermemektedir.
- *Kültürel Bağlam:* Muaythai, Tayland'ın milli sporu olup, orada derin kültürel köklere sahiptir. Yüzme, daha geniş bir kültürel yayılıma sahip olabilmektedir.
- *Toplumsal Algılar:* Toplumun bu sporlara bakış açısı, sporcuların güdülerinde de farklılıklar yaratabilmektedir (26, 28).

Muaythai ve yüzme sporcularının psikolojik güdülerinde de farklılıklar bulunmaktadır, Muaythai bir dövüş sporu olmasından kaynaklı olarak sadece kazanmak değil aynı zamanda kendisini de korumak zorundadır (19, 48).

- *Rekabet ve Başarı Odaklılık:* Muaythai, rakibe karşı doğrudan bir mücadele olduğundan, rekabet daha belirgin bir güdü olabilmektedir. Yüzme ise kişisel başarıya ve sürekli gelişime daha çok odaklanabilmektedir.
- *Korku ve Heyecan:* Muaythai'de, rakip karşısında galibiyet, korku ve heyecan gibi duyguları da içerebilmektedir. Yüzme, daha çok kendi performansına odaklanmakla ilgili olabilmektedir.

Muaythai ve yüzme, farklı güdü dinamiklerine sahip iki benzersiz spor dalıdır. Hem sporların doğasından kaynaklanan hem de daha geniş kültürel, toplumsal ve psikolojik etmenlerden kaynaklanan farklılıklar, bu sporların sporcularına nasıl hitap ettiğini şekillendirmektedir. Ancak, aynı zamanda, bu farklı güdüler, sporcuların hangi alanlara odaklandığını ve neye değer verdiklerini de yansıtabilmektedir (50, 54).

- *Kişisel Başarıya Yönelik Hırs:* Her iki sporda da sporcular, kişisel hedeflere ulaşmak ve kendilerini geliştirmek için motive olmaktadır.

- *Rekabet Güdüsü:* Rekabet, hem Muaythai hem de yüzme sporcularında bulunan güçlü bir motivasyon kaynağı olabilmektedir. Birincilik, rekor kırmak veya kişisel en iyi dereceye ulaşmak gibi hedefler her iki sporda da yaygındır.
- *Takım Desteği:* Yzmede bayrak yarışları gibi takım etkinlikleri olmasına rağmen, Muaythai sporcuları da antrenörler ve sparring partnerlerle çalışarak bir takım dinamiği yaşamaktadır.
- *Bireysel Sorumluluk ve Bağımsızlık:* Hem yüzme hem de Muaythai'de, bireyin kendi başarısı üzerine odaklanma ve bireysel hedeflere ulaşma hırısı önemli bir rol oynamaktadır.
- *Kamusal Tanınma ve nl Olma:* Her iki sporda da yüksek başarı seviyelerine ulaşan sporcular, kamusal tanınma ve n kazanabilmektedir.
- *Maddi dller:* Profesyonel düzeyde, her iki sporda da başarı, maddi ödüllerle de ölçülebilmektedir. Sponsorluk anlaşmaları, ödül paraları ve diğer finansal teşvikler, sporcuların motivasyonlarını artırebilmektedir.

Muaythai ve yüzme, birbirinden çok farklı görünen iki spor dalı olmasına rağmen, sporcularının gdlerinde bir dizi benzerlik bulunmaktadır. Başarı, rekabet, takım çalışması, bireysel sorumluluk, tanınma ve ödüller, her iki sporda da sporcuların güdülerini şekillendiren ana faktörlerdir. Bu benzerlikler, farklı spor dallarının sporcularının, ne kadar farklı olursa olsun, ortak bir insan deneyimi yaşadığını göstermektedir. İster bir dövüş sanatında, ister suyun içinde olsun, sporcular benzer hedeflere, tutkulara ve hayallere sahip olabilmektedir.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, verilerin toplanması, verilerin analizi ve veri toplama araçları hakkında bilgi verilmiştir. Çalışma gruplarına ait verilerin toplanması ve araştırma onayı Bülent Ecevit Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurul Başkanlığı'nın 26.11.2023/369674 tarih-sayı ve 371 protokol no'lu kararı ile alındı (Ek-1).

3.1. Araştırmanın Modeli

Mevcut çalışmada da ulaşılmak istenen faktörlere ilişkin bilgilerin sayısal göstergeler üzerinden inşa edilmesinin daha sağlıklı olacağı düşünülmüş ve bu nedenle nicel araştırma yönteminin kullanılması, nicel araştırma yöntemlerinden ise genel tarama modelinin kullanılması planlanmıştır. Genel tarama modelini diğer nicel modellerden ayıran özellik ise belli bir gruba yönelik karakteristiklerin ortaya konulmasının ve betimlenmesinin hedeflenmesidir (55). Bu bilgiler doğrultusunda yapılan çalışmada muaythai ve yüzme sporcularının spora katılım güdülerini belirlemeye çalışılmış ve bu amaca ulaşmada sayısal olgular temel alınmıştır. Buna göre; sosyodemografik özellikleri sayısallaştırılan araştırma grubunun kategorilerine göre çeşitli istatistiksel yöntemler baz alınmış ve sonuçlar farklı test yöntemlerine uygun olarak tablolastırılmıştır.

3.2. Çalışma Grupları

Çalışmamızda muaythai ve yüzme sporcularının spora katılım güdü ve motivasyonlarını belirlenmesi amacıyla çalışma grubu Kayseri ilinde spor yapan tesadüfî örneklem yöntemine göre seçilmiş 88 yüzme ve 72 muaythai sporcusu olmak üzere toplamda 160 sporcudan oluşturuldu.

Araştırmanın veri toplama sürecinde Kayseri Gençlik ve Spor Merkezi aracılığıyla muaythai sporcularına ulaşılmıştır. Yüzme sporcuları için farklı spor kulüplerine ulaşılmış ve spor kulüplerine katılanlar arasından katılımcılar seçilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma sürecinde veri toplama araçları olarak araştırmacının geliştirdiği ve sosyodemografik özellikleri belirlemeyi içeren “Kişisel Bilgi Formu” ile “Spora Katılım Güdüsü Ölçeği” kullanılmıştır (Ek-2).

Çalışma öncesi, katılımcılara araştırma konusunda bilgi verilmiş gönüllülük esasına göre araştırmaya katılan sporculardan aile onay formu alındıktan sonra başlanılmıştır.

Kişisel bilgi formu; katılımcıların kişisel özellikleri (cinsiyet, yaş, branş, eğitim düzeyi, spor yapma süresi vb) hakkında bilgi toplamak ve araştırmanın bağımsız değişkenlerini oluşturmak amacıyla araştırmacı tarafından maddeden oluşan bilgi formu hazırlanmıştır (Ek-2).

Spora katılım güdüsü ölçeği (PMQ); Gill, Gross ve Huddleston (1983) tarafından geliştirilen orjinal ölçek Çelebi (1993) tarafından Türkçeye çevrilmiş, Türk popülasyonu için Oyar (2001) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Bireyin spora katılma nedenlerini içeren 30 maddeden ve Beceri Geliştirme, Takım Üyeliği/Ruhu, Eğlence, Arkadaşlık, Başarı/Statü, Enerji Harcama, Fiziksel Uygunluk ve Diğer Sebepler olmak üzere 8 alt boyuttan oluşmaktadır. Katılımcının spor ve egzersize katılımında hangi sebebin ne kadar etkili olduğunu ortaya çıkarmak için “çok önemli (1)”, “az önemli (2)” ve “hiç önemli değil (3)” şeklinde değerlendirilen ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.61 ile 0.78 arasında değişmektedir (56, 57).

3.4. Verilerin Analizi

Çalışmada elde edilen verilerin analizi, verilerin toplanması ve dijital ortama aktarılmasının ardından gerçekleştirilmiş olup, bu süreçte normallik analizi ve uç değer analizi gibi önemli adımlar yer almıştır (Şekil 1). Toplam 188 katılımcıdan elde edilen veriler üzerinde uç değer analizi yapılarak, standardın dışında kalan 28 veri seti çalışma dışı bırakılmıştır.

Verilerin normal olup olmamasına karar verilmesi, çarpıklık ve basıklık katsayıları üzerinden gerçekleştirilebilmektedir. Bu çerçevede, çarpıklık ve basıklık katsayılarının 2 ile -2 arasında olması, verilerin büyük ölçüde güvenilir olduğu ve evreni sağlıklı bir şekilde temsil edebildiği şeklinde yorumlanabilmektedir. Kalan veri seti üzerinde normallik analizi gerçekleştirilmiştir. Bu analizle, elde edilen verilerin

istatistiksel analizler için uygun olup olmadığı değerlendirilmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir (Tablo 1). Çarpıklık ve basıklık katsayıları 2 ile -2 arasında değişen puanlara sahip olduğundan, verilerin normal olduğu kabul edilmiş ve bu durum parametrik testlerin kullanımına olanak tanımıştır.

Verilerin analizi sürecinde SPSS 27.0 paket programı kullanılmış ve katılımcıların demografik özelliklerine ve spora katılım güdülerine ilişkin derinlemesine incelemeler yapılmıştır. Bu çerçevede, katılımcıların cinsiyet, eğitim durumu, ailelerinin eğitim düzeyi gibi demografik özellikleri ile spora katılım güdeleri arasındaki ilişkiler, bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson korelasyon analizi gibi istatistiksel yöntemlerle analiz edilmiştir. Analiz sonuçları %95 güven aralığında değerlendirildi ve “ $p<0.05$ ” değeri istatistiksel olarak anlamlı farklılık kabul edildi.

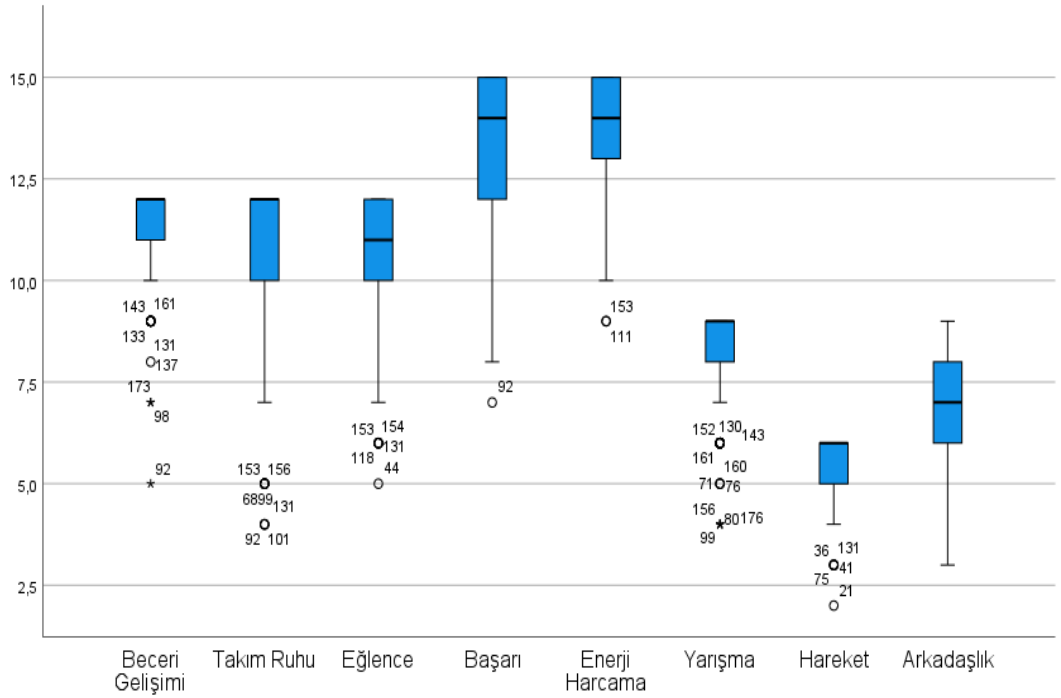
4. BULGULAR

Yapılan çalışmada öncelikli olarak normallik analizi yapılarak toplanan verilerin güvenilirliği test edilmiştir. Ardından katılımcılar demografik özelliklerine göre betimlenmiş ve son olarak araştırmanın amacına uygun olarak istatistiksel yöntemlerle katılımcıların spora katılım güdülerini, çalışma grupları olan yüzme ve muaythai sporcularına göre analiz edilmiştir.

4.1. Verilerin Normallik Analizi

Araştırma verilerinin toplanması sürecinde toplamda 188 katılımcıdan veriler toplanmıştır. Toplanan veriler dijital ortama aktarıldıktan sonra uç değer analizine tabii tutularak standardın dışında olanlar tespit edilmiş ve çalışmadan çıkarılmıştır.

Şekil 1, uç değer analizinin Spora Katılım Güdüsü Ölçeğinin alt boyutlarına göre gerçekleştirildiği bir örüntüyü sunmaktadır. Buna göre; 21, 36, 41, 44, 68, 71, 75, 76, 80, 92, 98, 99, 101, 111, 118, 130, 131, 133, 137, 143, 152, 153, 154, 156, 160, 161, 173 ve 176 numaralı toplamda 28 veri çalışmada uç değer olarak belirlenmiş ve araştırmada veri analizi sürecine dâhil edilmemiştir.



Şekil 1. Verilere ilişkin uç değer analizi.

Spora Katılım Güdüsü Ölçeği toplam puanı ve alt boyutları nezdindeki çarpıklık ve basıklık katsayılarının 2 ila -2 arasında değişen puanlara sahip olduğu, bu nedenle verilerin normal olduğu kabul edilmiş, böylece fark testleri için bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi, ilişki testleri için ise Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır (Tablo 1).

Tablo 1. Verilerin Normalliğine İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Katsayıları.

Boyut	Ort	Ss	Min	Mak	Basıklık	Çarpıklık
Beceri Gelişimi	11.48	0.79	9.00	12.00	-1.45	1.38
Takım Ruhu	11.15	1.27	5.00	12.00	-1.83	1.91
Eğlence	10.95	1.14	8.00	12.00	-0.80	-0.35
Başarı	13.74	1.50	9.00	15.00	-1.15	0.61
Enerji Harcama	13.82	1.37	10.00	15.00	-1.16	0.75
Yarışma	8.39	0.90	6.00	9.00	-1.29	0.52
Hareket	5.68	0.59	4.00	6.00	-1.69	1.78
Arkadaşlık	7.05	1.61	3.00	9.00	-0.45	-0.61
Toplam Puan	82.26	5.91	66.00	90.00	-0.50	-0.60

4.2. Çalışma Gruplarının Demografik Özelliklere Göre Dağılımı

Verilerin bulgulara dönüştürülmesinde, başlangıçta katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımı gösterilmiştir. Bu bölümde veri toplama sürecinde kullanılan değişkenlerde katılımcıların frekanslarına yer verilmiştir.

Tablo 2 incelendiğinde çalışma gruplarından yüzme branşında 88 katılımcının 43'ü (%48.9) kadın, 45'i (%51.1) erkektir. Muaythai branşında 72 katılımcının 24'ü (%33.3) kadın, 48'i (%66.7) erkektir (Tablo 2).

Tablo 2. Çalışma Gruplarının Dağılımı.

Gruplar	n	%
Yüzme	88	55.0
Muaythai	72	45.0
Toplam	160	100.0

Çalışma gruplarının demografik özelliklere göre dağılımı Tablo 3’de verilmiştir. Tablo incelendiğinde; Yüzme dalında 88 katılımcının 43’ü (%48.9) kadın, 45’i (%51.1) erkektir. Muaythai dalında ise 72 katılımcının 24’ü (%33.3) kadın, 48’i (%66.7) erkektir.

Sporcuların eğitim durumlarına göre dağılımını incelendiğinde; yüzme sporcularının eğitim durumları incelendiğinde, en fazla katılımcının ortaokul mezunu olduğu (%50), bunu lise (%26.1) ve lisans (%21.6) mezunlarının izlediği, muaythai sporcuları arasında ise lise mezun oranının yüksek olduğu (%52.8), ardından lisans (%18.1) ve ortaokul (%15.3) mezunlarının geldiği görülmektedir.

Sporcuların anne eğitim durumlarına göre dağılımını incelendiğinde; yüzme sporcularının annelerin en fazla lise mezunu olduğu (%40.9) onu ortaokul (%17) ve lisans mezunu annelerin (%14.8) takip ettiği, muaythai sporcularında ise annelerin en fazla ilkokul mezunu olduğu (%30.6) onu ortaokul (%25) ve lise (%23.6) mezunu anneler takip ettiği tespit edilmiştir.

Sporcuların baba eğitim durumlarına göre dağılımını incelendiğinde; yüzme sporcularının babalarının en fazla lise mezunu olduğu (%37.5) onu lisans (%18.2) ve ortaokul mezunu babaların (%17) izlediği, muaythai sporcularında ise babaların en fazla lise mezunu olduğu (%31.9) onu ortaokul (%18.1) ve ilkokul (%16.7) mezunu babaların takip ettiği saptanmıştır.

Sporcuların herhangi bir turnuva veya yarışmaya katılma durumları incelendiğinde; yüzme sporcularının %65.9’unun muaythai sporcularının ise %70.8’inin herhangi bir turnuva veya yarışmaya katıldığını tespit edilmiştir. Bu veriler, katılımcıların spor dallarında rekabetçi faaliyetlere katılma isteğini yansıtmaktadır ve katılım oranlarının oldukça yüksek olduğu görülmektedir.

Sporcuların milli sporcu olup olmama durumları incelendiğinde; yüzme sporcularının %3.4’ünün, muaythai sporcularının ise %20.8’inin milli sporcu olduğunu belirtmiştir.

Sporcuların okuldaki başarı durumlarına göre dağılımını incelendiğinde; yüzme sporcularının çoğunluğunun iyi düzeyde bir okul başarısına sahip olduğu (%52.3), muaythai sporcularının ise okuldaki başarı durumlarının daha dengeli dağıldığı tespit edilmiştir (Orta %36.1, İyi %37.5, Çok iyi %20.8) (Tablo 3).

Tablo 3. Çalışma Gruplarının Demografik Özelliklere Göre Dağılımı.

Değişkenler			n	%
Sporcuların Cinsiyete Göre Dağılımı	Yüzme	Kadın	43	48.9
		Erkek	45	51.1
	Muaythai	Kadın	24	33.3
		Erkek	48	66.7
Sporcuların Eğitim Durumuna Göre Dağılımı	Yüzme	İlkokul	1	1.1
		Ortaokul	44	50.0
		Lise	23	26.1
		Lisans	19	21.6
		Lisansüstü	1	1.1
	Muaythai	İlkokul	8	11.1
		Ortaokul	11	15.3
		Lise	38	52.8
		Lisans	13	18.1
		Lisansüstü	1	1.4
Sporcuların Annelerinin Eğitim Durumuna Göre Dağılımı	Yüzme	Kayıp veri	1	1.4
		İlkokul	12	13.6
		Ortaokul	15	17
		Lise	36	40.9
		Önlisans	10	11.4
		Lisans	13	14.8
		Lisansüstü	1	1.1
	Muaythai	Kayıp veri	1	1.1
		İlkokul	22	30.6
		Ortaokul	18	25
		Lise	17	23.6
		Önlisans	2	2.8
		Lisans	10	13.9
		Lisansüstü	1	1.4
		Kayıp veri	2	2.8
Sporcuların Babalarının Eğitim Durumuna Göre Dağılımı	Yüzme	İlkokul	11	12.5
		Ortaokul	15	17.00
		Lise	33	37.5
		Önlisans	8	9.1
		Lisans	16	18.2
		Lisansüstü	4	4.5
		Kayıp veri	1	1.1
	Muaythai	İlkokul	12	16.7
		Ortaokul	13	18.1
		Lise	23	31.9
		Lisans	18	25
		Lisansüstü	3	4.2
		Kayıp veri	3	4.2
Sporcuların Ailesinde Spor Yapan Başka Birey Olup Olmamasına Göre Dağılımı	Yüzme	Evet	48	54.5
		Hayır	40	45.5
	Muaythai	Evet	28	38.9
		Hayır	44	61.1
Sporcuların Herhangi Bir Turnuva veya Yarışmaya Katılma Durumlarına Göre Dağılımı	Yüzme	Evet	58	65.9
		Hayır	30	34.1
	Muaythai	Evet	51	70.8
		Hayır	21	29.2
Sporcuların Milli Sporcu Olup Olmamlarına Göre Dağılımı	Yüzme	Evet	3	3.4
		Hayır	85	96.6
	Muaythai	Evet	15	20.8
		Hayır	57	79.2
Sporcuların Okuldaki Başarı Durumlarına Göre Dağılımı	Yüzme	Zayıf	1	1.1
		Orta	19	21.6
		İyi	46	52.3
		Çok iyi	22	25
	Muaythai	Zayıf	4	5.6
		Orta	26	36.1
		İyi	27	37.5
		Çok iyi	15	20.8

4.3. Çalışma Gruplarının Spora Katılım Güdüsü Ölçeğinden Aldıkları Puanların Dağılımı ve Karşılaştırılması

Çalışma gruplarının spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları incelendiğinde; her iki çalışma grubunun da en yüksek ortalama ile (yüzme $x=3.56$, muaythai $x=3.46$) arkadaşlık alt boyutundan puan aldıkları, yüzme sporcularının en düşük ortalama ile ($x=2.71$) enerji harcama alt boyutundan, muaythai sporcularının ise en düşük ortalama ile ($x=2.71$) eğlence alt boyutundan puan aldıkları tespit edilmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Çalışma Gruplarının Spora Katılım Güdüsü Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Dağılımı.

Gruplar	Alt Boyutlar	$\bar{x}$	ss
Yüzme (n=88)	Beceri Gelişimi	2.86	0.20
	Takım Ruhu	2.75	0.33
	Eğlence	2.76	0.27
	Başarı	2.73	0.32
	Enerji Harcama	2.71	0.31
	Yarışma	2.77	0.32
	Hareket	2.82	0.30
	Arkadaşlık	3.56	0.72
	Toplam Puan	2.73	0.20
Muaythai (n=72)	Beceri Gelişimi	2.88	0.19
	Takım Ruhu	2.83	0.29
	Eğlence	2.71	0.30
	Başarı	2.77	0.28
	Enerji Harcama	2.83	0.21
	Yarışma	2.83	0.27
	Hareket	2.87	0.29
	Arkadaşlık	3.49	0.91
	Toplam Puan	2.76	0.19

Çalışma gruplarının spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanlar karşılaştırıldığında yalnızca enerji harcama boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($t=-2.85$, $p=0.00$) (Tablo 5).

Tablo 5. Çalışma Gruplarının Spora Katılım Güdüsü Ölçeğinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.

Spora Katılım Güdüsü Ölçeği	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	t	df	p
Beceri Gelişimi	Yüzme	88	2.86	0.20	-0.76	158	0.45
	Muaythai	72	2.88	0.19			
Takım Ruhu	Yüzme	88	2.75	0.33	-1.53	158	0.13
	Muaythai	72	2.83	0.29			
Eğlence	Yüzme	88	2.76	0.27	1.03	158	0.30
	Muaythai	72	2.71	0.30			
Başarı	Yüzme	88	2.73	0.32	-0.68	158	0.50
	Muaythai	72	2.77	0.28			
Enerji Harcama	Yüzme	88	2.71	0.31	-2.85	158	0.00*
	Muaythai	72	2.83	0.21			
Yarışma	Yüzme	88	2.77	0.32	-1.18	158	0.24
	Muaythai	72	2.83	0.27			
Hareket	Yüzme	88	2.82	0.30	-1.07	158	0.29
	Muaythai	72	2.87	0.29			
Arkadaşlık	Yüzme	88	3.56	0.72	0.55	158	0.58
	Muaythai	72	3.49	0.91			
Ölçek Puan	Yüzme	88	2.73	0.20	-1.19	158	0.24
	Muaythai	72	2.76	0.19			

*p<0.05

4.4. Değişkenlere İlişkin Faktör Analizleri

Araştırmanın amaçlarına uygun olarak çalışmada demografik değişkenlere göre katılımcıların aldıkları puanlar karşılaştırılmıştır.

4.4.1. Çalışma gruplarının cinsiyet değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması

Yapılan bağımsız örneklem t testine göre yüzme sporcuları arasında yalnızca enerji harcama ($t=-2.04$, $p=0.04$) ve arkadaşlık ($t=-2.76$, $p=0.01$) boyutlarında cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır. İlgili farkların her iki puanda da erkeklerin anlamlı olarak daha yüksek puanlara sahip olduğu tespit edilmiştir. Muaythai sporcuları incelendiğinde ise cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$) (Tablo 6).

Tablo 6. Çalışma Gruplarının Cinsiyete Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.

Gruplar	Cinsiyet		n	$\bar{x}$	ss	t	df	p
Yüzme	Beceri Gelişimi	Kadın	43	2.85	0.19	-0.15	86	0.88
		Erkek	45	2.86	0.22			
	Takım Ruhu	Kadın	43	2.69	0.37	-1.69	86	0.09
		Erkek	45	2.81	0.28			
	Eğlence	Kadın	43	2.76	0.26	0.11	86	0.92
		Erkek	45	2.76	0.28			
	Başarı	Kadın	43	2.71	0.33	-0.65	86	0.52
		Erkek	45	2.76	0.31			
	Enerji Harcama	Kadın	43	2.64	0.32	-2.04	86	0.04*
		Erkek	45	2.77	0.29			
Yarışma	Kadın	43	2.79	0.32	0.51	86	0.61	
	Erkek	45	2.76	0.33				
Hareket	Kadın	43	2.83	0.26	0.23	86	0.82	
	Erkek	45	2.81	0.32				
Arkadaşlık	Kadın	43	3.35	0.70	-2.76	86	0.01*	
	Erkek	45	3.76	0.68				
Ölçek Puan	Kadın	43	2.69	0.20	-1.59	86	0.12	
	Erkek	45	2.76	0.20				
Muaythai	Beceri Gelişimi	Kadın	24	2.84	0.23	-1.20	70	0.24
		Erkek	48	2.90	0.17			
	Takım Ruhu	Kadın	24	2.81	0.34	-0.35	70	0.73
		Erkek	48	2.84	0.27			
	Eğlence	Kadın	24	2.73	0.32	0.34	70	0.73
		Erkek	48	2.70	0.30			
	Başarı	Kadın	24	2.74	0.30	-0.54	70	0.59
		Erkek	48	2.78	0.27			
	Enerji Harcama	Kadın	24	2.80	0.24	-0.88	70	0.38
		Erkek	48	2.85	0.19			
Yarışma	Kadın	24	2.79	0.34	-0.83	70	0.41	
	Erkek	48	2.85	0.23				
Hareket	Kadın	24	2.92	0.24	1.00	70	0.32	
	Erkek	48	2.84	0.31				
Arkadaşlık	Kadın	24	3.46	1.00	-0.18	70	0.86	
	Erkek	48	3.50	0.87				
Ölçek Puan	Kadın	24	2.75	0.22	-0.52	70	0.60	
	Erkek	48	2.77	0.17				

*p<0.05

4.4.2. Çalışma gruplarının eğitim düzeyleri değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması

Tablo 7’de katılımcıların eğitim düzeyine göre spora katılım güdülerini incelenmektedir. Bu doğrultuda yapılan tek yönlü varyans analizinden elde edilen sonuçlar, yüzme sporuna katılımda eğitim düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı bir fark oluşturmadığını saptanmıştır ($p>0.05$). Muaythai sporcularının eğitim düzeyine göre beceri gelişimi ($F=3.89$, $p=0.03$) ve enerji harcama ($F=4.56$, $p=0.01$) boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir. Lisans mezunu olan ve muaythai sporcusu olan katılımcıların diğer katılımcılara göre beceri gelişimi

güdüsüne anlamlı düzeyde daha fazla sahip olduğu görülürken benzer şekilde enerji harcama boyutunda da daha yüksek güdüye sahip oldukları belirlenmiştir (Tablo 7).

Tablo 7. Çalışma Gruplarının Eğitim Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.

Gruplar	Eğitim (Kendisi)		n	$\bar{x}$	ss	df	F	p
Yüzme	Beceri Gelişimi	Ortaokul	44	2.88	0.18	2	0.82	0.45
		Lise	23	2.82	0.20			
		Lisans	19	2.84	0.25			
	Takım Ruhu	Ortaokul	44	2.72	0.36	2	0.72	0.49
		Lise	23	2.73	0.31			
		Lisans	19	2.83	0.30			
	Eğlence	Ortaokul	44	2.71	0.29	2	2.34	0.10
		Lise	23	2.75	0.25			
		Lisans	19	2.87	0.23			
	Başarı	Ortaokul	44	2.72	0.32	2	0.36	0.70
		Lise	23	2.70	0.37			
		Lisans	19	2.78	0.25			
	Enerji Harcama	Ortaokul	44	2.65	0.29	2	3.07	0.05
		Lise	23	2.67	0.38			
		Lisans	19	2.85	0.19			
	Yarışma	Ortaokul	44	2.75	0.33	2	1.54	0.22
		Lise	23	2.71	0.37			
		Lisans	19	2.88	0.23			
	Hareket	Ortaokul	44	2.78	0.31	2	0.55	0.58
		Lise	23	2.83	0.29			
		Lisans	19	2.87	0.28			
	Arkadaşlık	Ortaokul	44	3.44	0.79	2	0.84	0.44
		Lise	23	3.63	0.69			
		Lisans	19	3.66	0.55			
	Ölçek Puan	Ortaokul	44	2.69	0.21	2	2.01	0.14
		Lise	23	2.70	0.21			
		Lisans	19	2.80	0.16			
Muaythai	Beceri Gelişimi	Ortaokul	11	2.77	0.26	2	3.89	0.03*
		Lise	38	2.88	0.18			
		Lisans	13	2.98	0.07			
	Takım Ruhu	Ortaokul	11	2.73	0.34	2	1.00	0.37
		Lise	38	2.81	0.30			
		Lisans	13	2.90	0.28			
	Eğlence	Ortaokul	11	2.66	0.30	2	2.07	0.14
		Lise	38	2.68	0.33			
		Lisans	13	2.87	0.17			
	Başarı	Ortaokul	11	2.76	0.27	2	2.70	0.08
		Lise	38	2.71	0.30			
		Lisans	13	2.91	0.13			
	Enerji Harcama	Ortaokul	11	2.69	0.27	2	4.56	0.01*
		Lise	38	2.84	0.20			
		Lisans	13	2.94	0.13			
	Yarışma	Ortaokul	11	2.70	0.28	2	2.98	0.06
		Lise	38	2.85	0.28			
		Lisans	13	2.95	0.13			
	Hareket	Ortaokul	11	2.91	0.20	2	2.22	0.12
		Lise	38	2.82	0.34			
		Lisans	13	3.00	0.00			
	Arkadaşlık	Ortaokul	11	3.41	0.89	2	1.76	0.18
		Lise	38	3.26	0.88			
		Lisans	13	3.81	0.97			
	Ölçek Puan	Ortaokul	11	2.69	0.19	2	4.68	0.01*
		Lise	38	2.73	0.20			
		Lisans	13	2.89	0.10			

4.4.3. Çalışma gruplarının annelerinin eğitim düzeyleri değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda yüzme sporcularının annelerinin eğitim düzeyine göre güdü noktasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmişken, muaythai sporcuları için beceri gelişimi ($F=4.84$, $p=0.00$) noktasında anneleri lise mezunu olan katılımcıların anlamlı olarak daha yüksek puanlar aldığı saptanmıştır (Tablo 8).

Tablo 8. Çalışma Gruplarının Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.

Gruplar	Eğitim (Annesi)		n	$\bar{x}$	ss	df	F	p
Yüzme	Beceri Gelişimi	İlkokul	12	2.85	0.23	4	0.28	0.89
		Ortaokul	15	2.90	0.16			
		Lise	36	2.84	0.21			
		Önlisans	10	2.83	0.21			
		Lisans	13	2.87	0.24			
	Takım Ruhu	İlkokul	12	2.90	0.20	4	1.72	0.15
		Ortaokul	15	2.60	0.51			
		Lise	36	2.78	0.27			
		Önlisans	10	2.68	0.37			
		Lisans	13	2.83	0.28			
	Eğlence	İlkokul	12	2.73	0.27	4	0.84	0.51
		Ortaokul	15	2.87	0.23			
		Lise	36	2.72	0.30			
		Önlisans	10	2.78	0.22			
		Lisans	13	2.79	0.27			
	Başarı	İlkokul	12	2.70	0.18	4	0.52	0.72
		Ortaokul	15	2.77	0.27			
		Lise	36	2.69	0.40			
		Önlisans	10	2.74	0.34			
		Lisans	13	2.83	0.20			
	Enerji Harcama	İlkokul	12	2.80	0.21	4	1.37	0.25
		Ortaokul	15	2.64	0.35			
		Lise	36	2.75	0.29			
		Önlisans	10	2.54	0.44			
		Lisans	13	2.71	0.24			
	Yarışma	İlkokul	12	2.78	0.36	4	0.60	0.66
		Ortaokul	15	2.82	0.31			
		Lise	36	2.74	0.37			
		Önlisans	10	2.70	0.25			
		Lisans	13	2.87	0.22			
Hareket	İlkokul	12	2.75	0.34	4	0.23	0.92	
	Ortaokul	15	2.83	0.31				
	Lise	36	2.83	0.29				
	Önlisans	10	2.85	0.24				
	Lisans	13	2.85	0.32				
Arkadaşlık	İlkokul	12	3.58	0.56	4	0.84	0.50	
	Ortaokul	15	3.63	0.58				
	Lise	36	3.47	0.76				
	Önlisans	10	3.90	0.81				
	Lisans	13	3.42	0.81				

* $p<0.05$

Tablo 8. Devam Çalışma Gruplarının Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.

Gruplar	Eğitim (Annesi)	n	$\bar{x}$	ss	df	F	p	
Muaythai	Beceri Gelişimi	İlkokul	22	2.92	0.14	3	4.84	0.00*
		Ortaokul	18	2.78	0.26			
		Lise	17	2.99	0.06			
		Lisans	10	2.80	0.23			
	Takım Ruhu	İlkokul	22	2.76	0.40	3	1.31	0.28
		Ortaokul	18	2.82	0.22			
		Lise	17	2.94	0.11			
		Lisans	10	2.78	0.34			
	Eğlence	İlkokul	22	2.70	0.33	3	0.21	0.89
		Ortaokul	18	2.68	0.32			
		Lise	17	2.69	0.31			
		Lisans	10	2.78	0.25			
	Başarı	İlkokul	22	2.76	0.26	3	0.70	0.55
		Ortaokul	18	2.70	0.22			
		Lise	17	2.84	0.28			
		Lisans	10	2.76	0.37			
	Enerji Harcama	İlkokul	22	2.84	0.19	3	0.13	0.94
		Ortaokul	18	2.81	0.22			
		Lise	17	2.82	0.19			
		Lisans	10	2.86	0.27			
	Yarışma	İlkokul	22	2.85	0.29	3	0.69	0.56
		Ortaokul	18	2.76	0.32			
		Lise	17	2.88	0.20			
		Lisans	10	2.80	0.23			
	Hareket	İlkokul	22	2.89	0.26	3	0.29	0.83
		Ortaokul	18	2.86	0.33			
		Lise	17	2.85	0.29			
		Lisans	10	2.95	0.16			
	Arkadaşlık	İlkokul	22	3.36	0.92	3	0.56	0.64
		Ortaokul	18	3.36	0.90			
		Lise	17	3.71	0.94			
		Lisans	10	3.45	0.90			
	Ölçek Puan	İlkokul	22	2.75	0.21	3	0.86	0.47
		Ortaokul	18	2.71	0.18			
		Lise	17	2.82	0.18			
		Lisans	10	2.76	0.23			

*p<0.05

4.4.4. Çalışma gruplarının babalarının eğitim düzeyleri değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda katılımcılar arasında yüzme sporcusu olanların babalarının eğitim düzeyine göre güdülerinin istatistiksel olarak anlamlı olarak farklılaşmadığı saptanmıştır. Öte yandan muaythai sporcularının babalarının eğitim düzeyine göre ise enerji harcama ($F=2.90$, $p=0.04$) ve hareket ($F=3.86$, $p=0.01$) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir (Tablo 9).

Tablo 9. Çalışma Gruplarının Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.

Gruplar	Eğitim (Babası)		n	$\bar{x}$	ss	t	df	p
Yüzme	Beceri Gelişimi	İlkokul	11	2.86	0.23	3	0.19	0.91
		Ortaokul	15	2.90	0.16			
		Lise	33	2.86	0.18			
		Lisans	16	2.88	0.22			
	Takım Ruhu	İlkokul	11	2.84	0.20	3	0.44	0.73
		Ortaokul	15	2.68	0.49			
		Lise	33	2.75	0.33			
		Lisans	16	2.73	0.31			
	Eğlence	İlkokul	11	2.66	0.28	3	0.71	0.55
		Ortaokul	15	2.82	0.24			
		Lise	33	2.76	0.30			
		Lisans	16	2.75	0.24			
	Başarı	İlkokul	11	2.67	0.18	3	0.46	0.71
		Ortaokul	15	2.68	0.34			
		Lise	33	2.77	0.32			
		Lisans	16	2.70	0.34			
	Enerji Harcama	İlkokul	11	2.67	0.30	3	2.31	0.08
		Ortaokul	15	2.59	0.39			
		Lise	33	2.80	0.25			
		Lisans	16	2.63	0.30			
	Yarışma	İlkokul	11	2.64	0.41	3	0.73	0.54
		Ortaokul	15	2.78	0.33			
		Lise	33	2.81	0.32			
		Lisans	16	2.77	0.32			
	Hareket	İlkokul	11	2.73	0.34	3	0.39	0.76
		Ortaokul	15	2.83	0.24			
		Lise	33	2.83	0.32			
		Lisans	16	2.78	0.31			
	Arkadaşlık	İlkokul	11	3.32	0.64	3	0.43	0.73
		Ortaokul	15	3.50	0.65			
		Lise	33	3.59	0.74			
		Lisans	16	3.44	0.83			
	Ölçek Puan	İlkokul	11	2.67	0.14	3	0.62	0.60
		Ortaokul	15	2.70	0.20			
		Lise	33	2.75	0.20			
		Lisans	16	2.69	0.24			

*p<0.05

Tablo 9. Devam Çalışma Gruplarının Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.

Gruplar	Eğitim (Babası)	n	$\bar{x}$	ss	t	df	p	
Muaythai	Beceri Gelişimi	İlkokul	12	2.86	0.23	3	0.67	0.57
		Ortaokul	13	2.90	0.16			
		Lise	23	2.86	0.18			
		Lisans	18	2.88	0.22			
	Takım Ruhu	İlkokul	12	2.84	0.20	3	0.34	0.80
		Ortaokul	13	2.68	0.49			
		Lise	23	2.75	0.33			
		Lisans	18	2.73	0.31			
	Eğlence	İlkokul	12	2.66	0.28	3	0.41	0.74
		Ortaokul	13	2.82	0.24			
		Lise	23	2.76	0.30			
		Lisans	18	2.75	0.24			
	Başarı	İlkokul	12	2.67	0.18	3	2.32	0.08
		Ortaokul	13	2.68	0.34			
		Lise	23	2.77	0.32			
		Lisans	18	2.70	0.34			
	Enerji Harcama	İlkokul	12	2.67	0.30	3	2.90	0.04*
		Ortaokul	13	2.59	0.39			
		Lise	23	2.80	0.25			
		Lisans	18	2.63	0.30			
Yarışma	İlkokul	12	2.64	0.41	3	0.56	0.64	
	Ortaokul	13	2.78	0.33				
	Lise	23	2.81	0.32				
	Lisans	18	2.77	0.32				
Hareket	İlkokul	12	2.73	0.34	3	3.86	0.01*	
	Ortaokul	13	2.83	0.24				
	Lise	23	2.83	0.32				
	Lisans	18	2.78	0.31				
Ölçek Puan	İlkokul	12	2.67	0.14	3	1.98	0.13	
	Ortaokul	13	2.70	0.20				
	Lise	23	2.75	0.20				
	Lisans	18	2.69	0.24				

*p<0.05

4.4.5. Çalışma gruplarının ailesinde spor yapan başka birey olup olmaması değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması

Yüzme ve muaythai sporcularının ailesinde spor yapan başka birey olup olmaması değişkenine göre spora katılım güdülerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır (p>0.05) (Tablo 10).

Tablo 10. Çalışma Gruplarının Ailesinde Spor Yapan Başka Birey Olup Olmamasına Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.

Gruplar	Ailede Spor Yapma Durumu		n	$\bar{x}$	ss	t	df	p
Yüzme	Beceri Gelişimi	Evet	48	2.88	0.19	0.86	86	0.39
		Hayır	40	2.84	0.22			
	Takım Ruhu	Evet	48	2.77	0.30	0.39	86	0.70
		Hayır	40	2.74	0.38			
	Eğlence	Evet	48	2.73	0.27	-1.12	86	0.26
		Hayır	40	2.79	0.27			
	Başarı	Evet	48	2.76	0.30	0.78	86	0.44
		Hayır	40	2.71	0.34			
	Enerji Harcama	Evet	48	2.69	0.32	-0.58	86	0.56
		Hayır	40	2.73	0.29			
Yarışma	Evet	48	2.74	0.34	-0.95	86	0.35	
	Hayır	40	2.81	0.30				
Hareket	Evet	48	2.79	0.31	-0.92	86	0.36	
	Hayır	40	2.85	0.28				
Arkadaşlık	Evet	48	3.61	0.67	0.83	86	0.41	
	Hayır	40	3.49	0.77				
Ölçek Puan	Evet	48	2.73	0.19	0.02	86	0.99	
	Hayır	40	2.73	0.21				
Muaythai	Beceri Gelişimi	Evet	28	2.85	0.21	-1.19	70	0.24
		Hayır	44	2.90	0.18			
	Takım Ruhu	Evet	28	2.83	0.27	0.01	70	0.99
		Hayır	44	2.83	0.31			
	Eğlence	Evet	28	2.74	0.26	0.65	70	0.52
		Hayır	44	2.69	0.33			
	Başarı	Evet	28	2.76	0.30	-0.23	70	0.82
		Hayır	44	2.77	0.26			
	Enerji Harcama	Evet	28	2.79	0.25	-1.23	70	0.22
		Hayır	44	2.85	0.17			
Yarışma	Evet	28	2.83	0.25	0.12	70	0.91	
	Hayır	44	2.83	0.28				
Hareket	Evet	28	2.82	0.34	-1.09	70	0.28	
	Hayır	44	2.90	0.25				
Arkadaşlık	Evet	28	3.50	0.73	0.10	70	0.92	
	Hayır	44	3.48	1.01				
Ölçek Puan	Evet	28	2.75	0.19	-0.36	70	0.72	
	Hayır	44	2.77	0.20				

*p<0.05

4.4.6. Çalışma gruplarının turnuva veya yarışmalara katılım düzeyleri değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması

Yüzme sporcularının turnuva veya yarışmalara katılım durumlarına göre spora katılım güdülerini istatistiksel olarak anlamlı olarak farklılaştığı, ilgili farkların beceri gelişimi ($t=3.51$, $p=0.00$) ve başarı ($t=2.65$, $p=0.01$) boyutlarından kaynaklandığı saptanmıştır.

Muaythai sporcuları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$) (Tablo 11).

Tablo 11. Çalışma Gruplarının Turnuva veya Yarışmalara Katılım Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.

Gruplar	Turnuva veya Yarışmalara Katılım		n	$\bar{x}$	ss	t	df	p
Yüzme	Beceri Gelişimi	Evet	58	2.91	0.17	3.51	86	0.00*
		Hayır	30	2.76	0.23			
	Takım Ruhu	Evet	58	2.80	0.31	1.76	86	0.08
		Hayır	30	2.67	0.36			
	Eğlence	Evet	58	2.78	0.26	0.84	86	0.40
		Hayır	30	2.73	0.29			
	Başarı	Evet	58	2.80	0.26	2.65	86	0.01*
		Hayır	30	2.61	0.39			
	Enerji Harcama	Evet	58	2.69	0.33	-0.68	86	0.50
		Hayır	30	2.74	0.25			
Muaythai	Yarışma	Evet	58	2.80	0.29	1.30	86	0.20
		Hayır	30	2.71	0.38			
	Hareket	Evet	58	2.83	0.27	0.41	86	0.68
		Hayır	30	2.80	0.34			
	Arkadaşlık	Evet	58	3.58	0.75	0.38	86	0.71
		Hayır	30	3.52	0.66			
	Ölçek Puan	Evet	58	2.75	0.19	1.84	86	0.07
		Hayır	30	2.67	0.22			
	Beceri Gelişimi	Evet	51	2.89	0.20	0.36	70	0.72
		Hayır	21	2.87	0.19			
Muaythai	Takım Ruhu	Evet	51	2.81	0.32	-0.73	70	0.47
		Hayır	21	2.87	0.23			
	Eğlence	Evet	51	2.72	0.29	0.38	70	0.71
		Hayır	21	2.69	0.33			
	Başarı	Evet	51	2.76	0.29	-0.28	70	0.78
		Hayır	21	2.78	0.25			
	Enerji Harcama	Evet	51	2.84	0.22	0.30	70	0.77
		Hayır	21	2.82	0.19			
	Yarışma	Evet	51	2.86	0.24	1.36	70	0.18
		Hayır	21	2.76	0.32			
Muaythai	Hareket	Evet	51	2.87	0.28	0.20	70	0.84
		Hayır	21	2.86	0.32			
	Arkadaşlık	Evet	51	3.44	0.93	-0.65	70	0.52
		Hayır	21	3.60	0.87			
	Ölçek Puan	Evet	51	2.76	0.20	-0.03	70	0.98
		Hayır	21	2.76	0.15			

*p<0.05

4.4.7. Çalışma gruplarının milli sporculuk değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması

Yüzme sporcularının milli sporculuk değişkenine göre spora katılım güdülerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (p>0.05)

Muaythai sporcuları arasında ise eğlence (t=2.28, p=0.03) ve yarışma (t=2.11, p=0.04) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir (p<0.05) (Tablo 12).

Tablo 12. Çalışma Gruplarının Milli Sporculuk Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.

Gruplar	Milli Sporculuk Düzeyi		n	$\bar{x}$	ss	t	df	p
Yüzme	Beceri Gelişimi	Evet	3	3.00	0.00	1.23	86	0.22
		Hayır	85	2.85	0.21			
	Takım Ruhu	Evet	3	2.92	0.14	0.86	86	0.39
		Hayır	85	2.75	0.34			
	Eğlence	Evet	3	2.75	0.25	-0.06	86	0.96
		Hayır	85	2.76	0.27			
	Başarı	Evet	3	2.93	0.12	1.11	86	0.27
		Hayır	85	2.73	0.32			
	Enerji Harcama	Evet	3	3.00	0.00	1.68	86	0.10
		Hayır	85	2.70	0.31			
Yarışma	Evet	3	3.00	0.00	1.25	86	0.22	
	Hayır	85	2.76	0.32				
Hareket	Evet	3	2.83	0.29	0.09	86	0.93	
	Hayır	85	2.82	0.30				
Arkadaşlık	Evet	3	3.83	0.76	0.68	86	0.50	
	Hayır	85	3.55	0.72				
Ölçek Puan	Evet	3	2.89	0.14	1.44	86	0.15	
	Hayır	85	2.72	0.20				
Muaythai	Beceri Gelişimi	Evet	15	2.92	0.15	0.78	70	0.44
		Hayır	57	2.87	0.20			
	Takım Ruhu	Evet	15	2.82	0.36	-0.19	70	0.85
		Hayır	57	2.83	0.28			
	Eğlence	Evet	15	2.87	0.16	2.28	70	0.03*
		Hayır	57	2.67	0.32			
	Başarı	Evet	15	2.85	0.27	1.37	70	0.17
		Hayır	57	2.74	0.28			
	Enerji Harcama	Evet	15	2.89	0.15	1.32	70	0.19
		Hayır	57	2.81	0.22			
Yarışma	Evet	15	2.96	0.12	2.11	70	0.04*	
	Hayır	57	2.80	0.29				
Hareket	Evet	15	3.00	0.00	2.02	70	0.05	
	Hayır	57	2.83	0.32				
Arkadaşlık	Evet	15	3.63	0.97	0.70	70	0.48	
	Hayır	57	3.45	0.89				
Ölçek Puan	Evet	15	2.84	0.17	1.85	70	0.07	
	Hayır	57	2.74	0.19				

*p<0.05

4.4.8. Çalışma gruplarının okuldaki başarı durumu değişkenine göre spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanların dağılımı ve karşılaştırılması

Yüzme ve muaythai sporcularının okuldaki başarı durumu değişkenine göre spora katılım güdülerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır (p>0.05) (Tablo 13).

Tablo 13. Çalışma Gruplarının Okuldaki Başarı Durumu Düzeylerine Göre Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.

Gruplar	Okul Başarı Düzeyi		n	$\bar{x}$	ss	df	F	p
Yüzme	Beceri Gelişimi	Orta	19	2.88	0.15	2	0.89	0.42
		İyi	46	2.87	0.20			
		Çok iyi	22	2.81	0.26			
	Takım Ruhu	Orta	19	2.76	0.42	2	0.03	0.97
		İyi	46	2.75	0.31			
		Çok iyi	22	2.74	0.32			
	Eğlence	Orta	19	2.74	0.28	2	0.12	0.88
		İyi	46	2.77	0.25			
		Çok iyi	22	2.75	0.31			
	Başarı	Orta	19	2.66	0.31	2	0.63	0.53
		İyi	46	2.74	0.30			
		Çok iyi	22	2.77	0.36			
	Enerji Harcama	Orta	19	2.66	0.31	2	0.91	0.40
		İyi	46	2.75	0.30			
		Çok iyi	22	2.65	0.33			
	Yarışma	Orta	19	2.77	0.32	2	0.11	0.89
		İyi	46	2.78	0.32			
		Çok iyi	22	2.74	0.34			
	Hareket	Orta	19	2.79	0.30	2	0.39	0.68
		İyi	46	2.80	0.32			
		Çok iyi	22	2.86	0.23			
	Arkadaşlık	Orta	19	3.53	0.81	2	0.22	0.80
		İyi	46	3.60	0.66			
		Çok iyi	22	3.48	0.78			
	Ölçek Puan	Orta	19	2.70	0.20	1	0.28	0.76
		İyi	46	2.74	0.19			
		Çok iyi	22	2.71	0.24			
Muaythai	Beceri Gelişimi	Orta	26	2.83	0.21	2	1.43	0.25
		İyi	27	2.92	0.18			
		Çok iyi	15	2.88	0.19			
	Takım Ruhu	Orta	26	2.82	0.23	2	0.14	0.87
		İyi	27	2.83	0.32			
		Çok iyi	15	2.87	0.31			
	Eğlence	Orta	26	2.72	0.24	2	0.44	0.65
		İyi	27	2.68	0.36			
		Çok iyi	15	2.77	0.31			
	Başarı	Orta	26	2.77	0.25	2	0.04	0.96
		İyi	27	2.77	0.30			
		Çok iyi	15	2.75	0.30			
	Enerji Harcama	Orta	26	2.78	0.25	2	1.08	0.35
		İyi	27	2.84	0.18			
		Çok iyi	15	2.87	0.20			
	Yarışma	Orta	26	2.78	0.30	2	0.53	0.59
		İyi	27	2.84	0.28			
		Çok iyi	15	2.87	0.21			
	Hareket	Orta	26	2.90	0.25	2	0.59	0.56
		İyi	27	2.81	0.34			
		Çok iyi	15	2.87	0.30			
	Arkadaşlık	Orta	26	3.52	0.81	2	0.13	0.88
		İyi	27	3.41	1.06			
		Çok iyi	15	3.53	0.88			
	Ölçek Puan	Orta	26	2.75	0.19	2	0.18	0.83
		İyi	27	2.76	0.21			
		Çok iyi	15	2.78	0.18			

*p<0.05

5. TARTIŞMA

Mevcut çalışmada Türkiye’de muaythai ve yüzme sporcularının spora katılım güdülerini üzerine derinlemesine bir araştırma yapılmış ve elde edilen bulguların, literatürü destekleyen yönlerinin yanı sıra birtakım özellikleriyle de alana yeni bilgiler kattığı düşünülmektedir. Buna göre; literatürde oldukça sınırlı sayıda bulunan karşılaştırmalı bir araştırma olarak yapılan bu çalışmada farklı spor disiplinlerine katılımın birbirinden farklı dinamiklere bağlı olabileceği gösterilmiş ve bu çerçevede spora dönük politik çerçevelerin oluşturulabileceğine ışık tutulmuştur.

Muaythai ve yüzme sporcularının spora katılım motivasyonları, çeşitli yönleriyle incelendiğinde sosyodemografik özelliklerin farklılıkların temelinde bir arka plan oluşturduğu gözlenmiştir. Cinsiyete göre yapılan fark analizinde yüzme sporunda kadınların erkeklere göre arkadaşlık kurmak ve enerji atmak için spora başladıklarını belirten bulgularımız, muaythai sporcularında daha farklı bir örüntü göstermekte ve muaythai sporcularının cinsiyete göre spora başlama motivasyonlarının birbirinden anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı ortaya konulmuştur. Yüzme sporcularının her iki alt boyut puanında da kadınların anlamlı olarak daha düşük puana sahip olduğu görülmektedir. Dolayısıyla yüzme sporunu yapan sporcuların spora katılım güdülerini noktasında kadınların erkeklere göre enerji harcama ve arkadaşlıklar kurma güdülerine daha çok sahip olduğu görülmektedir. Ong ve ark. (2016) 120 Muaythai sporcusu ile yaptığı çalışmada da benzer sonuçların olduğu gözlenmektedir. Ong ve ark. yaptığı çalışmada muaythai sporcularının spora başlama motivasyonlarının cinsiyete göre anlamlı derecede farklılaşmadığı ve her iki cinsiyetten insanların da benzer nitelikteki amaçlar için spora başladığı belirtilmiştir. Diğer taraftan ilgili araştırmada fiziksel olarak daha iyi olma amacının en yüksek ortalama puana sahip olduğunun belirtilmesi de mevcut çalışma bulgularıyla örtüşmektedir. Buna göre; Muaythai sporcularının beceri gelişimi ve enerji harcama amaçlarıyla daha çok motive oldukları belirlenmiştir (58).

Yüzme sporunda ise kadınların yeni arkadaşlıklar kurma ve enerji harcama amacıyla daha fazla motivasyon sahibi olduklarının bulunması, uluslararası literatürdeki farklı çalışmalara kritik bir destek sunmaktadır. Orbach ve ark. (2021) kadınların rekabetçi sporlara ilgisinin görece daha az olduğunu belirtmiş ve yaptıkları çalışmalarda yaşı ilerlemesiyle de bu rekabetçi tutumun azaldığını, böylece bireysel sporlardan ziyade kadınların takım sporlarına daha fazla yönelmeye başladığı

vurgulanmıştır. Orbach ve ark. bu bulgusu, mevcut bulgu ile bir arada değerlendirildiğinde kadınların takım sporlarına görece yatkınlığı nedeniyle erkeklerin yüzme sporuna katılımında arkadaşlık kurma istekleri manidar bir biçimde örtüşmektedir (59).

Cinsiyetin spora katılım motivasyonu üzerinde etkin bir faktör olduğu farklı spor disiplinlerinde de tartışılan bir olgu olarak değerlendirilmektedir. Nitekim literatürdeki pek çok çalışma, içsel ve dışsal motivasyon kaynaklarının cinsiyete göre farklılaştığını, erkeklerin rekabetçi olan ve bireysel nitelikli sporlara olan tutkusunun kadınlara göre daha fazla olabildiğini açıklamaktadır (60, 61).

Eğitim durumu da bu noktadaki diğer farklılığı yansıtan değişken olarak çalışmamız bulguları arasında yer almaktadır. Yüzme sporunda anlamlı bir farklılık oluşturmeyen eğitim düzeyi, muaythai sporcuları için ise önemli bir faktör olarak yer almıştır. İlgili değerler, eğitim düzeyinin artmasıyla muaythai sporuna katılımda motivasyonun azalttığını ortaya çıkarmıştır. Dolayısıyla eğitim düzeyinin muaythai sporunda kritik bir değişken olarak bulunduğu, muaythai sporunda sosyoekonomik düzeyin destekleyici bir argüman olarak değerlendirilebileceği görülmüştür.

Ayrıca muaythai sporcularının eğitim düzeyine göre beceri gelişimi ve enerji harcama boyutlarında anlamlı farklılıkların olduğu söylenebilmektedir. Lisans mezunu olan ve muaythai sporcusu olan katılımcıların diğer katılımcılara göre beceri gelişimi güdüsüne anlamlı düzeyde daha az sahip olduğu görülürken benzer şekilde enerji harcama boyutunda da daha az güdüye sahip oldukları belirlenmiştir. Böylece ortaokul mezunu olan katılımcıların hem becerilerini geliştirmek hem de enerjilerini harcamak için muaythai sporunu tercih ettiklerini söylemek mümkündür.

Satchapappichit ve Iesue (2022), yaptıkları çalışmada Muaythai sporunun popülaritesinin giderek arttığını ve muaythai sporuna yaklaşımın temelde bir eğitim süreci olduğunu belirtmiştir (62). Diğer bir deyişle muaythai sporcuları, muaythai sporunu aynı zamanda bir eğitim programı olarak da değerlendirmektedir. Bu nedenle katılımcıların eğitim düzeyinin artması, eğitime yönelik olumlu tutum ve davranışları yordayabilirken muaythai sporunun da bir eğitim programı olarak değerlendiriliyor olması, eğitim düzeyi ile muaythai sporuna katılım motivasyonu arasında doğrudan bir ilişkiye işaret ediyor olabilir.

Benzer şekilde Satchapappichit ve Iesue (2022), ebeveynlerin eğitim düzeyinin de muaythai sporuna katılımı olumlu etkilediğini açıklamaktadır (62). Bu durum, mevcut çalışma bulgularıyla da doğrudan ilişkili bir sonuç olarak anne ve babanın

eğitim düzeyinin artmasıyla çocuklarının muaythai sporuna katılımlarını destekleme sürecinin anlamlı bir şekilde yorumlanmasını mümkün kılmaktadır. Ebeveynlerin eğitim düzeyinin artmasıyla çocukların muaythai sporuna katılımlarının teşvikinin söz konusu olabileceği ve bunun için çocukların bir beceri geliştirmesinin gerekçe olarak gösterilmesinin muhtemel olduğunu göstermektedir.

Fejgin (2001) yaptığı çalışmada akademik başarı yönelik motivasyonun ve rekabetçi tutum ve davranışların bireylerin yaptıkları sporlara da yansıdığını belirtmektedir (63). Bu nokta, rekabetçi özelliklerin artmasıyla bireysel sporlara katılım motivasyonunun artabileceğine işaret etmektedir. Mevcut çalışmada özellikle yüzme sporunda daha önce turnuvalara katılmış olmanın başarı ve beceri gelişimi motivasyonu ile spora katılma olgusunu güçlendirdiği sonucu da bu olguyla örtüşmektedir. Nitekim daha önce spora katılmış olan yüzme sporcuları, rekabetçi tutum ve davranışlarına paralel olarak bu başarılarını daha ileriye taşımak isteyebilmektedir. Böylece Fejgin'in çalışmasıyla benzer şekilde rekabetçi tutum ve davranışların artmasıyla yüzme sporuna katılım motivasyonu da artıyor olabilir. Ancak ilgili bulgular diğer bir yönüyle de literatüre yeni bir katkı sağlamaktadır. Buna göre; muaythai sporunda turnuvalara katılmış olma veya olmama, spora katılım motivasyonu üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmamaktadır. Dolayısıyla muaythai sporcuları için sporun varoluşsal katkılarının daha ön planda olduğu düşünülmektedir. Bu çerçevede farklı çalışmalarda da fiziksel gelişim ve beceri gelişimi gibi varoluşsal amaçlara hizmet edebilecek bağlamdaki motivasyon kaynaklarına işaret edilerek muaythai sporunda bu güdülerin altı çizilmektedir (58).

Ebeveynlerinden en az birinin sporcu olması durumunda spora katılım motivasyonunun nasıl şekillendiği de mevcut çalışmada incelenmiş ve ebeveynin sporcu olup olmamasının anlamlı bir fark oluşturmadığı belirlenmiştir. Dinç ve ark. (2011), ailelerin spora ilgili olmasının çocukların spora katılım motivasyonunu artırdığını ifade etmektedir (64). Öte yandan Gökçe ve ark. (2019) ise sporcu olan çocukların ebeveynlerinin sporcu olup olmama durumlarının birbirine yakın seyrettiğini göstermektedir (65). Bu olgular bir arada değerlendirildiğinde ebeveynlerin spora yönelik olumlu tutumlara sahip olmasının yüzme ve muaythai sporuna katılım motivasyonunu etkileyebilecek bir değişken olduğunu düşündürürken bu noktada ebeveynlerin sporcu olmalarının motivasyon için kritik bir değişken olmadığını açıklamaktadır. Dolayısıyla ebeveynlerin sporu desteklemesi ile sporcu olmaları arasında bir farkın olduğu görülmüş ve mevcut çalışmada üzerinde çalışılan

ebeveynin sporcu olması koşulunun sporu desteklemesi koşulundan farklılaşan bir zemine işaret ettiği düşünülmüştür. Ayrıca arkadaş etkisi veya kişisel faktörlerin spora katılım güdüsü noktasında daha kritik bir öneme sahip olabileceği değerlendirilmiştir.

Çalışma gruplarının spora katılım güdüsü ölçeğinden aldıkları puanlar karşılaştırıldığında yalnızca enerji harcama boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir. İlgili fark değerlendirildiğinde yüzme sporcularının enerji harcama için daha yüksek oranda spora katılım güdüsüne sahip olduğu, buna paralel olarak yüzme sporunun yapılmasında enerji harcama amacının daha muhtemel olarak sporcularda bulunduğu ifade edilebilmektedir.

Tüm bunlara ek olarak hiçbir demografik değişkenin yüksek düzeyde bir etki oluşturmadığının da altı çizilmelidir. Her ne kadar eğitim düzeyi ve cinsiyet gibi önemli değişkenler saptanmış olsa da bu değişkenlerin birliktelikleri ve diğer sosyal, ekonomik, politik, kültürel ve bireysel dinamiklerle korelasyonları, muaythai ve yüzme sporcularının spora katılım motivasyonlarının farklı değişkenlerle yeniden çalışılmasının önemli bir gereklilik olduğunu göstermektedir. Diğer taraftan muaythai ve yüzme sporcularının spora katılım motivasyonları belirli başlıklarda farklılaşan bir olgu olurken en temelde yalnızca enerji harcama boyutunda doğrudan bir farklılığın saptanması, spor branşlarının niteliğinden ziyade direkt olarak spora katılmanın bireyler için önemli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Yapılan araştırmada, Türkiye'deki muaythai ve yüzme sporcularının spora katılım motivasyonları derinlemesine incelenmiş ve elde edilen bulgular, literatürü desteklemenin ötesinde alana yeni perspektifler de sunmuştur. Elde edilen bulgular, farklı spor disiplinlerine katılımın, sporcuların sosyodemografik özelliklerine ve spor dallarının doğasına bağlı olarak farklı dinamiklere sahip olabileceğini göstermektedir. Özellikle, cinsiyet ve eğitim düzeyi gibi faktörlerin sporcuların spora katılım motivasyonları üzerinde etkili olduğunu belirlemiştir.

Cinsiyet açısından, muaythai ve yüzme sporcularının spora başlama motivasyonlarında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Kadın yüzme sporcuları arkadaşlık kurma ve enerji atma amacıyla spora başlama eğilimindeyken muaythai sporcularının motivasyonunun cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık oluşturmadığı saptanmıştır. Bu sonuçlar, sporcuların cinsiyete göre farklı motivasyon kaynaklarına sahip olabileceğini ve bu farklılıkların spora katılım nedenlerini etkileyebileceğini göstermektedir.

Ayrıca, eğitim düzeyi muaythai sporcuları için önemli bir faktör olarak ortaya çıkmıştır. Muaythai sporuna katılım motivasyonu, eğitim düzeyinin artmasıyla yükselmektedir. Bu da sosyoekonomik özelliklerin sporcu motivasyonunu etkileyebileceğini göstermektedir.

Diğer taraftan, ebeveynlerin sporcu olup olmamasının spora katılım motivasyonunu etkilemediği de bulunmuştur. Sporcu ebeveynlere sahip olan sporcular, spora daha fazla ilgi gösterebilirler. Ancak ebeveynlerin sporcu olmaması, spora katılım motivasyonunu olumsuz etkilememektedir.

Tüm bu sonuçlar, sosyodemografik özelliklerin muaythai ve yüzme sporuna katılımı etkileyen faktörler olduğuna işaret ederken farklı dinamiklere ve sosyokültürel yapıya sahip olmanın farklı motivasyonlarla spora başlamayı mümkün kıldığını açıklamaktadır. Bu nedenle sosyodemografik yapının spora katılım motivasyonunda farklılaştırıcı bir etki oluşturduğu söylenebilmektedir.

Bu doğrultuda spor yöneticileri ve antrenörler, farklı spor branşlarında yer alan sporcuların motivasyon kaynaklarının farklılık gösterebileceğini anlamalıdır. Özellikle cinsiyete dayalı farklılıklar, spora katılım motivasyonunu etkilediğinden her spor dalı için özelleştirilmiş yaklaşımların geliştirilmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir.

Bunun yanı sıra sporcuların eğitim düzeyini göz önünde bulundurarak destek programları oluşturulmalıdır. Eğitim düzeyi arttıkça spora katılım motivasyonunun arttığı göz önüne alındığında eğitim desteğinin sporcuların uzun vadeli katılımlarını teşvik edebileceği değerlendirilmektedir.

Aile desteğinin artırılması da bu noktada önemli avantajlar sağlayabilir. Aileler, çocuklarının sporla ilgilenmelerini teşvik etmelidir. Ebeveynlerin spora olan olumlu tutumları, çocukların spor motivasyonunu etkileyebilir. Ayrıca, sporcuların ailelerinin sporcu olup olmamalarının motivasyonları üzerinde önemli bir etkisi olmadığı bulgusu, ailelerin sporu desteklemelerinin daha kritik olduğunu göstermektedir.

Spor federasyonları ve kulüpler, sporcular arasında rekabetçi tutum ve davranışları da teşvik etmelidir. Böylece özellikle kadın sporcuların bireysel ve takım sporlarına daha fazla katılmaları teşvik edilebilir. Rekabetçi özelliklerin artmasıyla spor motivasyonunun arttığı görüldüğünden, sporcuların bu yönde desteklenmesinin önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Diğer taraftan sporcuların fiziksel gelişim ve beceri gelişimi gibi varoluşsal amaçlarına odaklanmaları da teşvik edilebilecek diğer bir bağlamı oluşturmaktadır. Muaythai gibi spor branşlarında turnuvalara katılımın spora katılım motivasyonunu doğrudan etkilemediği bulgusu, sporun bireyler için varoluşsal katkılarının vurgulanmasının önemini göstermektedir.

Son olarak ilgili bulguların literatürdeki diğer çalışmalar tarafından desteklenmesinin de önemli olduğu belirlenmiştir. Nitekim bu alanda yapılan karşılaştırmalı analizlerin sayısının azlığı, ilgili faktörlerin belirgin bir biçimde ortaya konmasında kritik bir engel teşkil etmektedir. Bu doğrultuda araştırmacıların bu alanda yapacağı çalışmaların sayısının artmasının, daha sağlıklı politikaların ortaya konulmasının önünü açacağı değerlendirilmektedir.

7. KAYNAKLAR

1. Yetim A. Sporun sosyal görünümü. Gazi BESBD 5(1):63-72, 2000.
2. Çingöz YE, Söyler M. Egzersizin spor farkındalığı ve mental dayanıklılığa etkisi. MJSS 6(3):736-747, 2023.
3. Ermiş SA. Spor ve Sağlık, Spor-Eğitim-Sağlık, s.6-23, Akademisyen Kitabevi, 2022.
4. Ramazanoğlu F, Karahüseyinoğlu MF, Demirel ET, Ramazanoğlu MO, Altungül O. Sporun toplumsal boyutlarının değerlendirilmesi. Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi 3(3):153-157, 2005.
5. Munroe K, Hall C, Simms S, Weinberg R. The influence of type of sport and time of season on athletes' use of imagery. The Sport Psychologist 12(4):440-449, 1998.
6. Alpaslan AH. Ergen Ruh Sağlığı ve Spor. KTD 13(3):181-185, 2012.
7. Kaplan Y, Çetinkaya G. Spor yoluyla toplumsallaşma-yeniden toplumsallaşma süreci. IntJSCS (Special Issue 2) 2:120-125, 2015.
8. Karayol M. Takım sporları ve doğa sporları yapan erkek sporcuların liderlik özelliklerinin incelenmesi. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Malatya, 2013.
9. Kaya EÖ. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin bireysel ve takım sporu yapmasındaki kişilik özelliklerinin iletişim beceri düzeylerine etkisi. MJSS (Özel Sayı 2):857-866, 2022.
10. Tosunoğlu F, Gökyürek B. Takım sporu ile uğraşan ortaöğretim öğrencilerinin cinsiyete göre kişilik özelliklerinin incelenmesi üzerine bir çalışma. Gazi BESBD 17(1-4):33-44, 2018.
11. Arıkan G, Çimen E. Beden Eğitimi ve Spor Bilimi, s.53-73, Efe Akademi Yayınları, 2022.
12. Ardahan F. Rekreatif egzersiz güdüleme ölçeğinin rekreatif spor türüne göre incelenmesi: Antalya örneği. SOSBİDER (4):95-108, 2013.
13. Ramazanoğlu F, Altungül O, Özer A. Sportif açıdan rekreatif etkinliklerinin değerlendirmesi. DAD 3(1):199-202, 2004.
14. Jonker L, Elferink-Gemser MT, Visscher C. Differences in self-regulatory skills among talented athletes: The significance of competitive level and type of sport. Journal of Sports Sciences 28(8):901-908, 2010.

15. Li CM, Wang RF. The Status Quo and Development Strategy of Muay Thai in China. *Advanced Materials Research* 159:348-352, 2011.
16. Çar B, Arslan O, Kurtoglu A, Aydos L. Salon Sporları hakemlerinin karar verme ve özgüven düzeylerinin incelenmesi. *Research in Sport Education and Science RSES* 25(1):19-25, 2023.
17. Diler A. Medium, Eski Türklerde spor ve oyun geleneklerine tarihsel bir bakış, 2019. Erişim Adresi: <https://medium.com/t%C3%BCrkiye/eski-turklerde-spor-ve-oyun-geleneklerine-tarihsel-bakis-e59da64db5b3> Erişim Tarihi: 31 Mart 2024.
18. Atlı A, Kulunkoglu B. Yüzme sporunda çıkış aşaması: biyomekaniksel yaklaşım. *MJSS* 4(1):51-60, 2021.
19. Nardemir E, Yancı HBA. Yüzme sporu yapan çocukların imgeleme gücünün spor tatminine etkisi. *Uluslararası Türk Spor ve Egzersiz Psikolojisi Dergisi* 1(2):12-28, 2021.
20. Özkoçak V. 7-10 yaş arası yüzme yapan çocuklarda antropometrik ve somatotip değişkenler. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 11(2):1337-1346, 2018.
21. Akgül S, Kanbur N, Cinemre Ş. Karabulut E, Derman O. The effect of swimming and type of stroke on bone metabolism in competitive adolescent swimmers: a pilot study. *Turkish Journal of Medical Sciences* 45(4):827-832, 2015.
22. Özen G, Havadar T. Spor ve Bilim. Efe Akademi Yayınları, 2023.
23. Orhanlı C. Ailelerin çocuklarını yüzme sporuna gönderme nedenlerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi*, Bursa, 2017.
24. Can İ, Bayrakdaroğlu S. Kuramdan Uygulamaya Sportif Performans. Efe Akademi Yayınları, 2023.
25. Turna B. Yüzme Sporuna Bilimsel Bakış. Akademisyen Kitabevi, 2021.
26. Taşğın Ö, Çabıtcı M, Konar N. Elit seviye muaythai sporunda antrenör-sporcu ilişkisinin incelenmesi. *SPORTIVE* 5(2):48-54, 2022.
27. Turan MB, Koç K, Özsoy D. Muaythai büyükler kategorisinde yarışan sporcuların iletişim becerisi ve sosyal problem çözme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Kayseri ili örneği). *SPORTIVE* 3(1):16-25, 2020.

28. Dinçer K. Muaythai milli sporcularının umutsuzluklarının kariyer geleceği algısı üzerindeki etkileri. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2023.
29. Zhang X, Tambovskij AN, Cherkashin IA, Krivoruchenko EV, Ohlopkov PP. Pedagogical tests for assessing the physical preparedness of the students practicing Muay Thai. *Physical Education of Students* 22(4):221-231, 2018.
30. Croom AM. Muaythai, psychological well-being, and cultivation of combat-relevant affordances. *Philosophies* 7(3):65, 2022.
31. Gök O, Çingöz YE. Üniversite öğrencilerinin spora katılma ve katılmama nedenlerinin araştırılması. *The Online Journal of Recreation and Sports* 12(1):43-54, 2023.
32. Şen M. Ortaokul ve lise öğrencilerinin spora katılım motivasyonunun incelenmesi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş, 2018.
33. Şahan H. Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi* (2):248-266, 2008.
34. Demirbaş Çelik N, Çulha Y, Adal P. Sporcuların motivasyon kaynaklarının belirlenmesi. *Atlas International Congress on Social Sciences* 7:461-480, 2020.
35. Ersöz G, Öztürk M, Kiliç F, Koşkan Ö, Çetinkaya E. Sporcuların güdüsel yönelimlerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *CBÜ BESBD* 7(1):15-26, 2012.
36. Özmütlu İ, Arı Y. Spor Bilimlerinde Betimsel Metinler. Efe Akademi Yayınları 2022.
37. Bavli Ö. Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin spora başlama, bölümü seçme nedenleri ve geleceğe yönelik beklentilerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 3(3):239-246, 2009.
38. Çimen E, Yaman MD. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin spora başlama nedenleri ve beklentileri (Güneydoğu Anadolu Bölgesi örneği). *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi* 3(2):25-39, 2020.

39. Şebin K, Serarslan Z, Katkat D, Tozoğlu E, Kızılet A. Spor yapan üniversite öğrencilerinin spora başlama ve spor yapma nedenlerine ilişkin görüşleri. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 9(1):43-63, 2010.
40. Kelecek S, Koruç Z. Futbolcuların güdüsel yönelim ve spora bağlılık düzeylerinin sporcu tükenmişliğini belirlemedeki rolü. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi - BÜSBİD* 3(2):103-116, 2018.
41. Kılıç B. Sporun insan psikolojisi üzerindeki etkileri, Erişim Adresi: <https://www.doktortakvimi.com/blog/sporun-insan-psikolojisi-uzerindeki-etkileri> Erişim Tarihi: 2.01.2024.
42. Terlemez M. Spora katılımda çekingenliğin etkisi. *Uluslararası Beşeri ve Sosyal Bilimler İnceleme Dergisi* 3(1):26-31, 2019.
43. Sporun psikolojik etkileri nelerdir? Erişim Adresi: <https://servicios.gen.tr/sporun-psikolojik-etkileri-nelerdir/> Erişim Tarihi: 10.10.2023.
44. Asan S. Farklı sosyo-ekonomik koşullara sahip ortaokul öğrencilerinin spora karşı ilgilerine etki eden faktörlerin araştırılması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 21(2):29-41, 2019.
45. Baş ÖF. Sporun insan psikolojisi üzerindeki etkileri, Erişim Adresi: <https://anlasilirpsikoloji.com/sporun-insan-psikolojisi-uzerindeki-etkileri/> Erişim Tarihi: 25.01.2024.
46. Yüksel M. Ailenin spora katılımı ile çocuklarının elit spora yönelmesi arasındaki ilişki. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi* 9(2):319-326, 2019.
47. Polat E, Doğan B, Mutlu F. Rekreatif yönlü spor yapan bireylerle yarışma sporcularının spora katılım güdülerinin incelenmesi. *International Journal of Social Science Research* 7(2):175-187, 2018.
48. Sarı İ, Sağ S. Türkiye’de sporda motivasyon araştırmaları: sistematik derleme. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 26(3):373-405, 2021.
49. Şirin EF, Çağlayan HS, Çetin MÇ, İnce A. Spor yapan lise öğrencilerinin spora katılım motivasyonlarına etki eden faktörlerin belirlenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 2(2):98-110, 2008.
50. Taşgın Ö, Çabıtcı M, Konar N. Elit seviye muaythai sporunda antrenör-sporcu ilişkisinin incelenmesi. *Sportive* 5(2):48-54, 2022.
51. Uluç EA. Sporda Güncel Yaklaşımlar, Gazi Kitapevi, 2022.

52. Karadağ D. Yüzme antrenörlerinin bir liderlik özelliği olan iletişim becerilerinin yüzücülerin motivasyonları üzerindeki etkisi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2013.
53. Taş Z. Sporcuların spor faaliyetlerinde İslam dininin etkisi. Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı Doktora Tezi, Sakarya, 2020.
54. Öner B, Uçar B. Beden Eğitimi ve Sporda Cinsiyet Stereotipleri, Spor Bilimleri Üzerine Araştırmalar II; 35-56, 2023.
55. Akarsu B, Akarsu B. Bilimsel Araştırma Tasarımı-Nitel Nitel ve Karma Araştırma Yaklaşımları. Cinius Yayınları, 2019.
56. Gill DL, Gross JB, Huddleston, S. Participation motivation in young sports. International Journal of Sport Psychology 14:1-14, 1983.
57. Oyar ZB, Aşçı H, Çelebi M, Mülazımoğlu Ö. Spora katılım güdüsü ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması, Spor Bilimleri Dergisi 12(2):21-32, 2001.
58. Ong, TF, Ruzmin, WIBW. Participation motivation in Muaythai among Malaysians. In Proceedings of the 2nd International Colloquium on Sports Science, Exercise, Engineering and Technology (ICoSSEET 2015) 121-132, 2016
59. Orbach I, Gutin H, Hoffman N, Blumenstein B. Motivation in competitive sport among female youth athletes. Psychology 12(6):943-958, 2021.
60. Azzarito L, Solmon M. An investigation of students' embodied discourses in physical education: a gender project. Journal of Teaching in Physical Education 28(2):173-191, 2009.
61. Daley A, O'Gara A. Age, gender and motivation for participation in extra curricular physical activities in secondary school adolescents. European Physical Education Review 4(1):47-53, 1998.
62. Satchapappichit S, Iesue J. Motivation of inbound tourists to learn muay thai in thailand as a destination choice. Ido Movement for Culture Journal of Martial Arts Anthropology 22(2):65-75, 2022.
63. Fejgin N. Participation in high school competitive sports: a subversion of school mission or contribution to academic goals? In: contemporary issues in sociology of sport. Human Kinetics, Champaign, IL, US, 95-108, 2001.
64. Dinç ZF, Sevimli D, Uluöz E. Ailelerin çocuklarını spor ve fiziksel aktiviteye yönlendirmelerine ilişkin görüşleri. NWSA. 6(2):93-102, 2011.

65. Gökçe H, Keçeci K, Yıldız A. Ailelerin çocuklarını spora gönderme sebeplerinin belirlenmesi: pilot çalışma. CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 14(2):356-366, 2019.



8. EKLER

Ek 1. Etik Kurul Kararı

Evrak Tarih ve Sayısı: 12.12.2023-384945

Kararın Kayıt Tarihi ve Sayısı: 26.11.2023/369674	Protokol No: 371
---	------------------

30.11.2023



T.C

ZONGULDAK BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ İNSAN ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU KARARI

ÇALIŞMANIN TÜRÜ:	Anket
BAŞLIK:	Muaythai ve Yüzme Sporcularının Spora Başlama Güdülerinin İncelenmesi: Kayseri İli Örneği
SORUMLU ARAŞTIRMACI:	Doç. Dr. Tefik Cem AKALIN
YARDIMCI ARAŞTIRMACI:	Uğur Can BAYAZİT
KARAR:	UYGUN

ETİK KURUL ÜYELERİ

Prof. Dr. Şaban ÇELİKOĞLU
Başkan

Prof. Dr. Ahmet Ferda ÇAKMAK
Üye

Prof. Dr. Ahmet EFİLOĞLU
Üye
Katılmadı

Prof. Dr. Mehmet CURAL
Üye

Doç. Dr. Yücel NAMAL
Üye
Katılmadı

Doç. Dr. Tülay KUZLU AYYILDIZ
Üye

Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Çağatay BÜYÜKUYSAL
Üye

29.05.2014 Tarih ve 2014/08-13 Sayılı Senato Kararı ile Kabul Edilmiştir.

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Evrak sorgulaması <https://turkiye.gov.tr/ebd?eK=5319&eD=BS4LV8S11T&eS=384945> adresinden yapılabilir.

Ek 2. Kişisel Bilgi Formu

Yüksek lisans tez araştırması kapsamında tamamen bilimsel amaçla kullanılacak “*Muaythai ve Yüzme Sporcularının Spora Katılım Güdülerinin İncelenmesi (Kayseri ili örneği)*” başlıklı bilimsel bir çalışmada kullanılmak üzere görüş ve düşüncelerinize ihtiyaç duyulmaktadır. Bu çalışma sonucunda elde edilecek bilgilerin geçerliliği ve araştırmanın başarılı olabilmesi açısından sorulara verdiğiniz cevapların tam ve doğru olması çok önemlidir. Çok değerli vaktinizi ayırdığınız ve sağladığınız katkı için teşekkür ederim.

Uğur Can BAYAZIT
ZBEÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Çalışmaya tamamen gönüllü katıldığımı beyan ederim ()

Kişisel Bilgi Formu

Spor Branşınız: Muaythai () Yüzme ()

1- Cinsiyet: Kadın () Erkek ()

2- Yaş:

3- Boy:

4- Kilo:

5- Eğitim durumu:

Kendiniz; Eğitim almamış () İlkokul () Ortaokul () Lise () Ön lisans () Lisans () Lisansüstü ()

Anneniz; Eğitim almamış () İlkokul () Ortaokul () Lise () Ön lisans () Lisans () Lisansüstü ()

Babanız; Eğitim almamış () İlkokul () Ortaokul () Lise () Ön lisans () Lisans () Lisansüstü ()

6- Ailenizin aylık ortalama geliri:

7- Ailenizde spor yapan başka biri var mı?: Evet () Hayır ()

8- Kaç yaşında bu spora başladınız?:

9- Herhangi bir yarışma veya turnuvaya katıldınız mı?: Evet () Hayır ()

10- Katıldığınız dereceye girdiniz mi?: Evet () İlk üç () Hayır ()

11- Milli sporcu musunuz?: Evet () Millilik sayısı: Hayır ()

12- Kaç ay/yıldır düzenli olarak spor yapıyorsunuz? (ay) veya (yıl)

13- Haftada gün, Günde saat antrenman yapıyorum.

14- Okuldaki ders başarı durumunuz: Çok Zayıf () Zayıf () Orta () İyi () Çok İyi ()

15- Bu spora nasıl başladınız:

16- Bu spora başlarken en büyük desteği kimlerden gördünüz?:

Anne-Baba () Kardeş () Eş () Antrenörüm () Arkadaşlarım () Akraba () Diğer

17- Bu spora başlarken hedefiniz var mıydı?: Evet () Hayır ()

18- Hedefiniz neydi?:

İyi bir takımda yer almak () Türkiye derecesi yapmak () Avrupa ve dünya derecesi yapmak ()

Milli takımda yer almak () Çok ünlü olmak () Çok para ve mal-mülk kazanmak ()

Diğer (belirtiniz).....

19- Hedefinize ulaşabildiniz mi?: Evet () Hayır ()

Lütfen Arka Sayfaya Geçiniz

Ek 3. Spora Katılım GÜdüsü Ölçeği

Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği

Yönerge: Aşağıda verilmiş olan ifadeler, kişilerin spora (aktivite vb.) katılımlarını sağlayan sebeplerden bir kaçıdır. LÜTFEN her ifadeyi çok dikkatli okuyun ve **SİZİN SPORA KATILIM SEBEBİNİZİ TANIMLAYAN İFADEYE KARAR VERİN** ve sizin için önemini ilgili kutuya (X) işaretini koyarak belirtin.

Soru No	Sorular	Çok Önemli	Az Önemli	Hiç Önemli Değil
1.	Becerilerimi geliştirmek istiyorum	(1)	(2)	(3)
2.	Arkadaşlarımla olmak istiyorum	(1)	(2)	(3)
3.	Kazanmayı severim	(1)	(2)	(3)
4.	Enerjimi tüketmek istiyorum	(1)	(2)	(3)
5.	Seyahati severim	(1)	(2)	(3)
6.	Formumu korumak istiyorum	(1)	(2)	(3)
7.	Heyecanı severim	(1)	(2)	(3)
8.	Takım çalışmasını severim	(1)	(2)	(3)
9.	Ailem veya yakın arkadaşlarım oynamamı istiyor	(1)	(2)	(3)
10.	Yeni beceriler öğrenmek istiyorum	(1)	(2)	(3)
11.	Yeni arkadaşlarla tanışmak istiyorum	(1)	(2)	(3)
12.	İyi olduğum bir konuda bir şeyler yapmak isterim	(1)	(2)	(3)
13.	Stresimi atmak istiyorum	(1)	(2)	(3)
14.	Ödül kazanmayı severim	(1)	(2)	(3)
15.	Egzersiz yapmayı severim	(1)	(2)	(3)
16.	Bir şeylerle uğraşmak hoşuma gider	(1)	(2)	(3)
17.	Hareketi severim	(1)	(2)	(3)
18.	Takım ruhunu severim	(1)	(2)	(3)
19.	Evden çıkmayı severim	(1)	(2)	(3)
20.	Rekabeti severim	(1)	(2)	(3)
21.	Önemli olduğumu hissetmek hoşuma gider	(1)	(2)	(3)
22.	Takımda olmayı severim	(1)	(2)	(3)
23.	Branşımda yükselmeyi isterim	(1)	(2)	(3)
24.	Fiziksel olarak sağlıklı olmak istiyorum	(1)	(2)	(3)
25.	Popüler olmak isterim	(1)	(2)	(3)
26.	Meydan okumayı severim	(1)	(2)	(3)
27.	Liderleri, antrenörleri veya eğiticileri severim	(1)	(2)	(3)
28.	Statü ve saygınlık kazanmak isterim	(1)	(2)	(3)
29.	Eğlenceyi severim	(1)	(2)	(3)
30.	Malzeme ve tesislerden faydalanmak isterim	(1)	(2)	(3)

10. ÖZGEÇMİŞ

Uğur Can BAYAZİT, İlkokul, Ortaokul ve Lise öğrenimini Kayseri’de tamamladı. 2013 yılında Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde başladığı üniversite eğitimden 2017 yılında mezun oldu. 2020 yılında Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalı Tezli Yüksek Lisans programı eğitimine başladı.

