

Spor Bilimleri Fakóltesi

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

- Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
- Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü

- Egzersiz ve Spor Fizyolojisi Anabilim Dalı
- Egzersiz ve Spor Psikolojisi Anabilim Dalı
- Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı
- Spor Biyomekaniği ve Motor Kontrol Anabilim Dalı

Rekreasyon Bölümü

- Egzersizde Beslenme ve Metabolizma Anabilim Dalı
- Fiziksel Aktivite ve Sağlık
- Sporda Sosyal Alanlar Anabilim Dalı

Araştırma Laboratuvarları

- Biyomekanik Araştırma Grubu
- Egzersiz ve Beslenme Metabolizması Laboratuvarı
- Fiziksel Aktivite ve Sedanter Davranış Laboratuvarı
- Kas Fizyolojisi ve Egzersiz Biyokimyası Laboratuvarı
- Nöromusküler Kontrol Laboratuvarı
- Öğretim Teknolojileri ve Materyal Geliştirme Laboratuvarı
- Performans Laboratuvarı
- Psikomotor Laboratuvar
- Sporda Toplumsal Araştırmalar Grubu (STOAG)

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Araştırma Öncelik Alanları

- Fiziksel aktivite ile zihinsel/bilişsel işlevler ve akademik performans
- Beden eğitimi öğretmen, öğretmen eğitimci ve öğretmen adaylarının mesleki gelişimi
- Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin dijital yetkinliklerinin ve e-materyal tasarlama-hazırlama-uygulama becerilerinin artırılması

Alt Çalışma Konuları

- Fiziksel aktivite ve zihinsel/bilişsel işlevler
- Fiziksel aktivite ve akademik performans
- Fiziksel aktivite, gen etkileşimi ve zihinsel/bilişsel işlevler
- Fiziksel aktivite ve eleştirel düşünme
- Öğretmenlerin öğretim hizmet ihtiyaçlarının belirlenmesi
- Mesleki öğrenme gruplarının oluşturulması ve sürdürülmesi
- Mesleki öğrenme gruplarında yer alan kolaylaştırıcıların eğitimi
- Öğretim programının izlenmesi ve değerlendirilmesi
- Öğretmenlerin nitelikli öğrenme öğretme ortamlarının düzenlenmesi
- Öğretmenlerinin teknolojik pedagojik alan bilgisi yeterlilikleri

Anahtar Kelimeler

Fiziksel aktivite ve zihinsel/bilişsel işlevler, egzersiz ve zihinsel/bilişsel işlevler, spor ve zihinsel/bilişsel işlevler, fiziksel aktivite ve akademik performans, egzersiz ve akademik performans, spor ve akademik performans, gen etkileşimi ve zihinsel/bilişsel işlevler, eleştirel düşünme ve problem çözme, mesleki gelişim, araştıran öğretmen, Mesleki öğrenme toplulukları/grupları, mesleki yeterlikler, öğretim modelleri ve yöntemleri, eylem araştırması, öğretim teknolojileri, dijital yetkinlik, materyal tasarımı, öğretmenlerin tekno-pedagojik yeterlikleri, dijital hikâye,

Önemi ve Gerekçesi

Fiziksel aktivitenin kalp, beden ve zihin için önemli sağlık yararları vardır. Bunların başında; kardiyovasküler hastalıklar, kanser ve diyabet gibi bulaşıcı olmayan hastalıkların önlenmesine ve yönetilmesine katkı, depresyon ve anksiyete belirtilerini azaltma, çocuk ve gençlerde sağlıklı büyüme ve gelişme, genel sağlığı ve bireysel refahı artırma gelir. Bu belirtilenlere ilişkin olarak literatürde güçlü kanıtlar bulunmaktadır. Ancak, olumlu yönde bir çok bulgu olmasına karşın, zihinsel/bilişsel işlevler ve akademik performansa ile fiziksel aktivite ilişkisi konusunda yeterince araştırma bulunmamaktadır. Bu önemlidir çünkü zihinsel sağlık, bilişsel işlevler ve akademik performans her yaşta önemlidir hayatımızdaki her alanda bu etkiler görülmektedir.

İnsan vücudu bağlantısal bütünsellik ilkesiyle çalışır. Yani, fizyolojik özelliklerimiz psikolojik özellikleri etkilediği gibi, psikolojik özelliklerimiz de fizyolojik özelliklerimizi etkiler. Dahası, vücut sistemlerindeki organlar doğrudan ya da dolaylı olarak beynimizin sağlığını ve işlevlerini etkiler. Bu etki öncelikli olarak fizyolojik temellidir. Şöyle ki, aerobik kapasite, hormonal değişiklikler ve psikolojik değişiklikler beynimizin işlevlerini etkiler. Buna zihinsel sağlık da dahildir. Ayrıca, dolaylı olarak akademik performansımız bu değişikliklerden etkilenir. Literatür incelendiğinde akademik performansı etkileyen faktörlerin başında öğrenme hızı, zeka gibi zihinsel etmenlerle, benlik saygısı, kişilik yapısı, öz-yeterlik, motivasyon ve ders çalışma alışkanlıkları, anne baba tutumu, ailenin sosyo-ekonomik durumu, okul yöneticilerinin ve öğretmenlerin yeterliliği ve tutumu, okulun, ailenin fiziki olanakları ve fiziksel aktivite olduğu söylenebilir. Fiziksel aktivitenin etkisi konusunda literatür şunları ifade etmektedir: 1) Düzenli aerobik fiziksel aktiviteler, 2) Akut orta ve yüksek şiddetli fiziksel aktiviteler, 3) Bilişsel dahil olma gerektiren içinde taktik veya teknik problem olan takım oyunları, çift el çift ayak kullanma gerektiren aktiviteler. Bu kapsamdaki çalışmaların araştırmalara dayanak oluşturacak kuramsal temelleri şu şekilde özetlenebilir: Zihinsel işlevlerimiz ve akademik performansımızın iki temel yapı üzerinde şekillendiği söylenebilir: Biyoloji ve çevre. Genetik miras ve içinde bulunduğumuz çevrenin sunduklarının örtüşmesi başarının anahtarıdır. Doğal çevreyle birlikte sosyal çevrenin birey üzerindeki etkisi kaçınılmazdır. Hatta, konu zihinsel gelişim ve performans olduğunda daha fazla üzerinde durulması gerekir. Bu çevre iki başlık altında incelenir: Ortak etkisi olan ve ortak etkisi olmayan çevre. Ortak etkisi olan çevre okullardır. Okul dışı her tür etki ise ortak etkisi olmayan çevreden gelir (Plomin ve Asbury, 2016).

Beden eğitimi ile ilgili eğitim politikasındaki son yıllardaki önemli değişime rağmen öğretmenlerin mesleki alan bilgi düzeyleri ve ders uygulamaları, öğrencilerin öğretim

programlarında belirtilen hedeflere ulaştırılması için yeterli değildir. Bu durum öğretmenlerin aldıkları hizmet içi eğitimin niteliğinin geliştirilmesi gerektiğini göstermektedir. Öğretmenlerin mesleki konu alanı bilgilerindeki ve uygulamalarındaki birçok eksiklik olduğu çalışmalarla ortaya konmuştur. Bu eksiklikler birçok nedenle ilişkili olabilir. Bunlar arasında öğretmenlerin üniversite eğitimleri sırasında aldıkları öğretmen eğitiminin niteliği, öğretmen olarak atandıktan sonra mesleki gelişimlerine yeterince önem vermemeleri, öğretmenlere sunulan hizmet içi eğitim programlarının öğretmen ihtiyaçlarına uygun tasarlanmaması, beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki performanslarının öğretim programında belirtilen hedefler yerine, başka ölçütlerle (örneğin; okul takımı başarısı) ölçülmesi sayılabilir.

Öğretmenlerin mesleki alan bilgisi ve uygulamalarındaki sorunların kaynağı her ne olursa olsun, hizmet içindeki öğretmen niteliğini artıracak en önemli araç; öğretmenlere yaşam boyu öğrenme yaklaşımını özümseyebilecekleri, öğretim programı amaçlarına uygun hizmet içi eğitim imkanlarına ulaşabilecekleri ve öğrencilere sunmaları beklenen öğrenen merkezli öğrenme ortamını deneyimleyebilecekleri mesleki gelişim fırsatları sunulmasıdır. Bu noktada da son yıllarda, öğretmenlerin mesleki gelişiminde üzerinde en çok durulan hizmet içi eğitim yaklaşımlarından biri “Mesleki Öğrenme Grubu” uygulamalarıdır.

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin dijital yetkinliklerinin artırılması, e-materyal tasarlama-hazırlama-uygulama becerilerinin artırılması

Geçmişte, öğretmenin mesleki gelişimine duyulan ihtiyaç daha önce hiç bu kadar hızlı ve önemli olmamıştır. Öğrencilerin sürekli değişen ihtiyaçlarına cevap verebilmek için öğretmenlerin mesleki yeterliklerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi gereklidir. Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının güncellenen konulardaki eksiklerinin giderilmesi ve iyileştirilmesine yönelik çalışmalarla öğretmen yetiştirmeye katkı sağlayacağı mesleki ve pedagojik anlamda daha güçlü öğretmenler yetiştirilmesi düşünölmektedir. Teknoloji ile pedagojiyi bütünleştirmek zor ve değişim zaman alıcıdır. Kapsamlı, sistematik ve ihtiyaça dönöük mesleki gelişim programları beden eğitimi ve spor öğretmenleri tarafından yeni pedagojileri ve rolleri öğrenip benimsemelerine ve değişim sürecini daha nitelikli öğretim öğrenme sürecine destek olabilir. Hızlı bir dijital dönöşümün yaşandığı günümüzde çocuklar ve gençler çevrimiçi ortamları giderek daha yoğun bir şekilde kullanmaktadırlar. Bu durum bu grubun doğru dijital teknolojileri seçme ve bu teknolojileri uygun ve etkili/verimli bir şekilde kullanma konusunu gündeme getirmektedir. Bu bağlamda onların dijital okuryazarlık düzeylerini/farkındalıklarını yükseltme konusu önemli bir araştırma konusu olarak kendisini göstermektedir.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Araştırma Öncelik Alanları

- Türk çocuk ve gençlerinin fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk ve motor yeterlik norm değerleri ve çocukların fiziksel aktivite düzeyi ve sedanter davranışlarını etkileyen faktörlerin saptanması
- Gerçek ve algılanan motor davranış

Alt Çalışma Konuları

- Türk çocuklarının büyüme ve biyolojik olgunlaşma durumlarına göre motor koordinasyon, vücut kompozisyonu, fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk ve fiziksel benlik algısındaki farklılıkların incelenmesi ve norm değerlerinin oluşturulması
- Çocukların gerçek ve algılanan motor yeterliklerinin gelişiminde oyun temelli müdahale programlarının etkisi
- 9-13 yaş kız çocuklarında biyolojik olgunlaşma durumlarına göre gerçek ve algılanan motor yeterliğin incelenmesi.
- Çocuk ve ergenlerin spora bağlılığında algılanan ebeveyn kontrolü ve aracı değişkenlerin rolü.
- Okul öncesi dönemden başlayarak çocukların fiziksel aktivite düzeyini ve sedanter davranış sürelerini etkileyen faktörlerin ortaya konması.
- Fiziksel okuryazarlığın gelişimini etkileyen faktörlerin belirlenmesi

Anahtar Kelimeler

Motor yeterlik, algılanan motor yeterlik, fiziksel aktivite, sedanter davranış, ebeveyn dâhiliyeti, spora bağlılık, güdüsel iklim, fiziksel okuryazarlık, oyun, büyüme, biyolojik olgunlaşma, fiziksel uygunluk, vücut kompozisyonu, beden kütle indeksi, norm çalışması

Önemi ve Gerekçesi

Türk çocuk ve gençlerinin fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk ve motor yeterlik norm değerlerinin saptanması

5-17 yaşları arasındaki çocukların her gün en az 60 dakika orta ve şiddetli fiziksel aktivite yapmaları önerilmektedir. Türk çocuklarının DSÖ'nün önerdiği düzeyde fiziksel olarak aktif olup olmadıklarının saptanması, inaktivitenin göstergelerinden olan sedanter aktivitelerde geçirilen zamanın belirlenmesi ve vücut kompozisyonu ölçümleri sonucu obezite prevalansının ortaya konmasıyla, ilgili kurumların kanıta dayalı stratejiler geliştirebilmelerine katkıda bulunulacaktır. Önerilen düzeyde fiziksel aktivite (FA)'ye sahip olmayan çocuk ve gençlerin FA düzeyinin artırılması ve devamlılığının sağlanması için FA düzeylerinin belirlenmesi müdahale çalışmaları için temel oluşturacaktır. Şu anda yürütülen bir proje Türk çocuklarının DSÖ'nün önerdiği düzeyde fiziksel olarak aktif olup olmadıklarının saptanması, inaktivitenin göstergelerinden olan sedanter aktivitelerde geçirilen zamanın belirlenmesi ve vücut kompozisyonu ölçümleri sonucu obezite prevalansının ortaya konmasıyla, ilgili kurumların kanıta dayalı stratejiler geliştirebilmelerine katkıda bulunulacaktır. Geliştirilen stratejilerin başarıya ulaşabilmesi için hedef kitlenin okul, ev, ulaşım, serbest zaman gibi farklı fiziksel aktivite alanlarında aktif olup olmadıklarının belirlenmesi ve bu FA alanlarına yönelik müdahale çalışmalarının planlanması gerekmektedir. Ülkemizde fiziksel aktivite alanları temelinde az sayıda çalışmaya rastlanmış olup, bu projede Türkiye'yi temsil eden bir örneklem grubunda, farklı FA alanlarında objektif (akselerometreler) ve sübjektif ölçüm araçları kullanarak fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmesi planlanmıştır. Önerilen düzeyde FA'ya sahip olmayan çocuk ve gençlerin FA düzeyinin artırılması ve devamlılığının sağlanması için FA düzeylerinin belirlenmesi müdahale çalışmaları için temel oluşturacaktır. Ülke evrenini yansıtan bir örneklem üzerinden veri toplanması ile Türk çocuklarına ait büyüme norm değerleri (yaşa göre boy uzunluğu, yaşa göre vücut ağırlığı) oluşturulacaktır. Ayrıca, fiziksel uygunluk, motor koordinasyon ve vücut kompozisyonu değişkenlerine yönelik Türkiye evrenini yansıtan norm değerlerinin bulunmaması, ölçümler sonucu elde edilen verilerin başka ülke popülasyonlarının norm değerleri kullanılarak yorumlar yapılmasına neden olmaktadır. Bu nedenle adı geçen değişkenlere ilişkin her yaş grubu ve cinsiyete yönelik normlar belirlenecek ve alanda çalışan profesyonellerin kullanımına sunulacaktır. Diğer yandan, Türk çocuklarının biyolojik olgunlaşma durumlarına göre FA düzeylerindeki değişim kanıta dayalı olarak ortaya konarak evrensel alanyazına katkı sağlanacaktır.

Gerçek ve algılanan motor davranış

Şu anda yürütülen bir proje kapsamında geliştirilecek oyun temelli eğitim programının erken çocukluk döneminde algılanan ve gerçek motor yeterlik düzeyine etkisi incelenerek, çocuklardaki motor yeterliği arttırmak için neler yapılabilir sorusuna cevaplar bulunabilmesi

sağlanacaktır. Ayrıca, bu proje ile çocuklara gelişimsel olarak uygun, doğrudan bir müdahale ile sunulan yapılandırılmış bir programın hem algılanan hem de gerçek motor yeterliği dolayısıyla fiziksel aktivite düzeyini nasıl etkileyeceği ortaya konacaktır. Böylece, çocukların fiziksel olarak aktif olmasını hedefleyen ilgili kurumların motor yeterliği geliştirmeye yönelik kanıta dayalı stratejiler geliştirebilmelerine, dolayısıyla kanıta dayalı THB deneyimlerini içeren okul ve toplum tabanlı programların geliştirilmesine katkıda bulunulacaktır. Okul öncesi eğitim kurumların da çalışan öğretmenler proje kapsamında geliştirilecek programı referans alarak uygulayacakları çalışmalarla çocukların algılanan ve gerçek motor yeterliklerinin gelişimini destekleyebilirler ve böylece fiziksel aktivite düzeylerinin artmasına katkıda bulunabilirler. Algılanan ve gerçek motor yeterlik düzeyindeki değişimleri bir arada incelemek de literatüre önemli katkılar sağlayacaktır. Diğer yandan, proje sonuçları, “toplumun bir ferdi olarak her bireyin kendi imkanlarına uygun olarak, fiziksel aktivitelerini yaşam boyu sürdürebilme yönünde sahip oldukları ve kullandıkları motivasyon, güven, fiziksel yeterlik, bilgi ve anlayış” (Whitehead, 2010, s.3) olarak tanımlanan fiziksel okuryazarlığın ülkemizde okul öncesi çağıdan başlayarak geliştirilmesine yönelik stratejilerin oluşturulmasına veri sağlayacaktır.

Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü

Egzersiz ve Spor Fizyolojisi Anabilim Dalı

Araştırma Öncelik Alanları

- Sağlığın korunması ve geliştirilmesinde Egzersiz

Alt Çalışma Konuları

- Fiziksel Aktivite ve Egzersizin Moleküler Dönüştürücüleri
- İnaktivite ve yol açtığı kronik hastalıklar
- Egzersiz ve Mitokondri Biyogenezi
- İskelet Kası Atrofisi

Anahtar Kelimeler

Egzersiz, Fiziksel aktivite, inaktivite, mitokondri, iskelet kası atrofisi, insülin direnci, tip2 diyabet, obezite, kalp-damar hastalıkları

Önemi ve Gerekçesi

Epidemiyolojik çalışmalar fiziksel inaktivenin koroner damar hastalığı, inme, hipertansiyon, kolon ve meme kanseri ile tip 2 diyabet ve osteoporozun da yer aldığı çok sayıda patolojik ve klinik koşul ile ilişkili olduğunu ve başta kalp hastalıkları olmak üzere çeşitli kronik hastalıklardan kaynaklanan ölümler için temel bir risk teşkil ettiğini açık bir şekilde ortaya koymaktadır. Lancet dergisi verilerine göre 2008 yılında dünya genelinde görülen yıllık 57 milyon ölümün 5.3 milyonunun hareketsiz yaşamdan kaynaklanan “erken ölüm” olduğu bildirilmiştir. Bu tabloya fiziksel inaktiviteye bağlı kronik hastalıklar nedeniyle iş yaşamından uzaklaşmış, başkasına bağımlı yaşamak zorunda kalan, teşhis ve tedavi için sağlık sistemi ve ülke ekonomisi için ciddi bir yük oluşturan bireyler de eklendiğinde fiziksel inaktivenin sağlık yanı sıra sosyal ve ekonomik olarak da önemli bir problem olduğu görülmektedir. Dahası, dünya nüfusu giderek yaşlanmaktadır. İlerleyen yaşla birlikte bir veya birden fazla kronik hastalığın görülme riskinin önemli ölçüde arttığı bilinmektedir. Söz konusu hastalıkların sadece sağlık değil sosyal ve ekonomik bir sorun olduğu göz önüne alındığında söz konusu projeler sağlığın geliştirilmesi ve korunmasında ülkemiz ve genel olarak dünya genelinde önem taşımaktadır.

Türkiye inaktif yaşam biçimi açısından Avrupa Birliği ülkelerinde ilk sıralarda yer almaktadır. Lancet çalışma grubunun raporlarına göre tüm dünyada inaktivenin ortadan

kaldırılması ömür üzerine 8 ay civarında bir uzama yaratırken Türkiye için yapılan hesaplamada uzayan ömür 13 aydır. Kronik hastalıkların teşhisi, tedavisi, yol açtığı iş kaybı vb düşünüldüğünde bu problemin sadece sağlık ve sosyal değil aynı zamanda ciddi bir ekonomik ve soruna da yol açtığı görülmektedir. OECD ülkeleri arasında 65/15 yaş grubu oranının en dramatik olarak arttığı ülkenin Türkiye olduğu ve ilerleyen yaşla beraber kronik hastalık görülme riskinin dramatik olarak arttığı görülecek olursa Türkiye'nin artan yaşlı nüfusun gereksinim duyduğu tedavi giderlerini karşılayabilmesi giderek güçleşmektedir. 2013 yılında Türkiye hareketsiz yaşam kaynaklı kronik hastalıkların tedavisi için yaklaşık 678.420 milyon ABD doları harcamıştır. Bütün bunlar kronik hastalıkların dünya ve ülkemiz için ciddi bir yük oluşturduğunu ve gelecekte bu yükün daha da artacağını ve bu nedenlerle kronik hastalıkların önlenmesi ve/veya görülme sıklığının azaltılmasına yönelik ürün, ilaç vb geliştirilmesinin kritik bir önem arz ettiğini göstermektedir.

Fiziksel aktivite ve egzersizlerin insan sağlığını koruduğu ve geliştirdiği çok iyi bilinmektedir. Diğer yandan egzersizin hangi hücresel/moleküler mekanizmalar üzerinden kronik hastalıkları önlediği hususu da giderek artan bir merak ve araştırma alanı olarak ortaya çıkmaktadır. Öyle ki egzersiz, sadece sağlıklı bir yaşamın sürdürülmesi ve kronik hastalıkların önlenmesi açısından önerilen bir sosyal olgu değil, moleküler düzeyde yol açtığı değişiklikleri taklit eden ilaçlar ve çeşitli ürünler geliştirilmesi açısından başvurulacak en önemli fizyolojik uygulamadır. Bu çerçevede, günümüzde çok sayıda laboratuvar egzersizin yol açtığı moleküler değişiklikleri ortaya koyarak, kanser, tip2 diyabet, kalp hastalıkları ve obezite başta olmak üzere çok çeşitli kronik hastalıkların önlenmesinde ve tedavisinde egzersiz benzer etki oluşturacak yeni ilaçlar ve gen tedavileri geliştirilmesine çalışmaktadır. Özellikle sedanter bireylerde ve çeşitli hastalıklar, operasyonlar vb nedenlere fiziksel aktivite yapması mümkün olmayan bireylerde egzersizin yol açacağı değişiklikleri gerçekleştirecek çeşitli ilaç ve ürünler geliştirilmesi Spor Bilimleri ve Sağlık Bilimleri yanı sıra Mühendislik Bilimlerinin de ortak kesişim alanına girmektedir. Bu çerçevede Sağlık Bilimleri ve Spor Bilimleri alanında gelişmiş üniversitelerin sağlıklı yaşamın geliştirilmesi ve hastalıkların önlenmesinde yeni tedavi modalitelerinin geliştirilmesi için "Egzersiz Fizyolojisi" alanındaki çalışmalara öncelik vermesini, politika yapıcılara somut veriler ve çözüm önerileri sunmasını ve dünya genelinde de öne çıkmasını sağlayacak ilaç ve benzeri teknolojik ürün geliştirmelerini, Mühendislik Bilimlerinden de yararlanarak egzersiz benzeri etkiyi oluşturacak yeni cihaz ve yöntem geliştirmeleri vb çözüm önerileri geliştirmelerinin önemini ortaya koymaktadır.

Toplam vücut ağırlığının yaklaşık %40-45'ini oluşturan iskelet kasları, güç üretimi, hareket ve nefes almadan sorumlu olmanın yanı sıra; glisemik kontrol, metabolik genlerin regülasyonu ve metabolik homeostazın korunmasında da kritik bir rol üstlenmektedir. İskelet kaslarının bütünlüğünün korunması, günlük yaşamın sürdürülmesinin ötesinde insülin direnci, obezite ve tip II diyabet gibi metabolik hastalıklardan korunma açısından son derece önemlidir. Hareketsiz yaşam tarzı, immobilizasyon, denervasyon, yaşlanma, sepsis, kaşeksi, kanser, diyabet, böbrek ve kalp yetmezliği ve uzun süreli glukokortikoid kullanımı gibi çok çeşitli koşullar iskelet kas kütlesi kaybına neden olur. Bu da yaşam kalitesini düşürerek morbidite ve mortaliteyi artırdığı için kas kütlesinin korunması yaşamsal bir önem taşımaktadır. Egzersiz ve Spor Fizyolojisi Anabilim Dalında bulunan araştırma laboratuvarımızda insanlarda iskelet kası atrofisine yol açan koşullar çeşitli deneysel modeller aracılığıyla mimik edilmekte ve iskelet kas atrofisi ve atrofinin önlenmesine yönelik stratejiler geliştirilmesi ve bu stratejilerin etkinliğine ilişkin moleküler mekanizmaların aydınlatılması konuları öncelikli çalışma alanıdır.

Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü

Egzersiz ve Spor Psikolojisi Anabilim Dalı

Araştırma Öncelik Alanları

- Takım dinamiklerinin geliştirilmesi
- Yarışma kaygısı ve stresinin azaltılması
- Spor yaralanmaları sonrası geri dönüş

Alt Çalışma Konuları

- Etkili takımların özellikleri ve takım etkinliğinin arttırılmasına yönelik müdahale programlarının geliştirilmesi
- Yarışma kaygısı ile ilgili yeni kuramların çalışılması
- Duygusal ve bilişsel başa çıkma yolları konusunda yeni çalışmalar üretilmesi
- Yarışma kaygısı ile bağlantılı olarak özgüven yitimi ve tükenmişlik konularının detaylandırılması
- Kinesiofobi konusunda araştırmalar yapılması, yaralanma sonrası spora geri dönüş konusunda yeni yaklaşımlardan hareketle müdahale programlarının geliştirilmesi, sanal gerçeklik

Anahtar Kelimeler

Yarışma kaygısı, takım dinamikleri, spor yaralanmaları, rehabilitasyon ve yaralanmadan geri dönüş, takım etkinliği, takım oluşturma yaklaşımları, yarışma stresi, sporda başa çıkma, duygusal başa çıkma stratejileri, bilişsel başa çıkma stratejileri, tükenmişlik, kinesiofobi, sanal gerçeklik

Önemi ve Gerekçesi

İnsanlar spora performans (elit spor) ve sağlık amaçlı katılmaktadır. Performans sporunda amaç, var olan en üst düzeyi yakalamak ve daha iyiye ulaşmakken, sağlık amaçlı sporda daha sağlıklı fiziksel ve duygusal yapıya ulaşmaktır. Performans amaçlı sporda sporcular daha yoğun

baskı altına girmektedirler. Bu nedenle de sporcular yarışma ortamından etkilenmektedirler. Yarışma kaygısı bu bağlamda sporda performans açısından oldukça önemlidir ve spor psikolojisi alanının temel alanlarından biridir. Performans açısından önemli olan yarışma kaygısına yönelik yeni kuramsal yaklaşımların geliştirilmesinin yanında sporcuları etkileyen olumsuz duygu ve düşüncelere ilişkin etkili başa çıkma stratejilerini geliştirilmesi önemlidir.

Anabilim dalının bir diğer araştırma alanı ise takım dinamikleridir. Spor ve egzersize katılan bireylerin performans, motivasyon, iyi olma gibi farklı psikolojik yapıları üzerinde etkisi olduğu bilinen takımlar, spor ve egzersiz psikolojisi alanının doğal araştırma alanı olarak değerlendirilmekte ve alana ait hemen tüm ders kitaplarında bir bölüm olarak yer almaktadır. Aidiyet, sosyal kimlik, çatışmalar, alt grup ve klikler, roller ve normlar, iletişim, sargınlık, takım çalışması gibi pek çok konu grup dinamiklerinin alt konuları olarak değerlendirilmektedir.

Spor yaralanmaları sporun hemen tüm düzeylerinde görülen ve sporcuları olumsuz etkileyen olaylardır. Spor yaralanmaları rehabilitasyonunda her ne kadar fiziksel müdahaleler bu sürecin temelini oluşturuyor gibi görünse de süreçte yaşanan psikolojik zorluklar rehabilitasyon çıktılarını etkilemekte ve spora dönüşü zorlaştırmaktadır. Bu bağlamda yeniden yaralanma kaygısı, kinesiyofofi, kendine güven kaybı, korku gibi sporcuları etkileyen olumsuz psikolojik faktörlerin giderilmesi sağlıklı bir rehabilitasyon sürecine bağlıdır. Rehabilitasyon sürecine eşlik eden farklı psikolojik müdahale programlarının incelenmesi, yeni yaklaşımlarla çok disiplinli müdahale programlarının oluşturulması bu alt araştırma alanının hedeflerindendir.

Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü

Hareket ve Antrenman Anabilim Dalı

Araştırma Öncelikli alanları:

- 1. Sportif Performansın Geliştirilmesi ve Değerlendirilmesi
- 2. Kadın ve Sportif Performans (Menstrual döngü ve Sportif Performans, Performansta Cinsiyet Farklılıkları)

Anahtar Kelimeler: Aerobik kapasite, Anaerobik güç, Tekrarlı sprint, Gerilme-Kısalma Döngüsü, Enerji sistemleri katkısı, Menstrual döngü, Cinsiyet ve sportif performans

Önem ve Gerekçesi

Hareket ve Antrenman, sportif performansın geliştirilmesi ve değerlendirilmesi, kadın sporcunun fizyolojik gereksinimlerinin ve erkek-kadın sporcu arasındaki farkların belirlenmesi kapsamında insan hareketinin fizyolojik ve mekanik açıdan tüm boyutlarını sistematik ve bilimsel olarak inceleyen bir çalışma alanıdır. Spor dalına özgü fizyolojik gereksinimlerin ve branşa özgü hareket mekaniğinin anlaşılması, cinsiyet temelinde bu özelliklerin nasıl değiştiğinin belirlenmesi, üst düzey sportif performansın geliştirilmesi için cinsiyet temeline bağlı olarak yeni antrenman uygulama stratejilerinin geliştirilmesine olanak sağlamaktadır. Bu nedenle spor dalına özgü fizyolojik ve mekanik çalışmalar, spor bilimlerinin uygulama alanında çalışan spor bilimcilere, teknik direktörlere, antrenörlere, kondisyonerlere ve ilgili diğer kişilere bilimsel bilgi kaynağı sağlamaktadır. Ek olarak cinsiyet farklılıklarına yönelik çalışmalar kadın sporcuların performanslarının artırılmasına katkı sağlayıp, kadın sporcularla çalışan antrenörler için yönlendirici olmaktadır. Bu bilgi kaynakları, sporcunun cinsiyetine bağlı olarak spor dalına özgü özelliklerinin geliştirilmesine önemli katkı sağlayarak ülkemizin özellikle uluslararası yarışma ortamında öne çıkarak görünürlüğünün ve bilinirliğinin artmasını sağlayacaktır. Bu durum, hem uluslararası siyasette olumlu yankılar oluşturacak hem de dış turizm açısından ekonomik katkı sağlayacak bir potansiyele sahiptir.

Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü

Spor Biyomekaniği ve Motor Kontrol Anabilim Dalı

Araştırma Altyapısı

- Biyomekanik Araştırma Grubu Laboratuvarı
- Nöromusküler Kontrol Laboratuvarı

Araştırma Öncelikli Alanları

- Dinamik yüklenmeler sonucu oluşan fizyolojik stresler, ilişkili nörofizyolojik yanıtlar ve motor kontrol mekanizmalar araştırılması
- Yumuşak dokunun biyomekanik modellenmesi, insan hareket analizi, sentezi ve benzeşimi, spor biyomekaniği, görüntüleme tekniklerini kullanarak görüntü işleme ve üç boyutlu yapılandırma teknikleri ve biyomekanik ölçüm cihazlarının tasarlanması ve geliştirilmesi
- Kaya tırmanışında vücut pozisyonları, tutuş teknikleri, tutamak yapıları ve tırmanıcılarda parmak kuvvet kapasitesinin araştırılması
- Kas-iskelet sistemlerinin modellenmesi, insan hareketlerinin (özellikle yürüme, koşma ve sprint) bilgisayar simülasyonları, postür değişimleri ve motor kontrol mekanizmaların araştırılması

Alt Çalışma Konular

- Spor biyomekaniğinde performans analizleri, dinamik modellemeler, eniyilemeler ve el ve tutuş biyomekaniği çalışmaları
- Elektromiyografi analizi çalışmaları
- Antrenman etkisi çalışmaları
- Motor kontrol ve kas sinerjisi çalışmaları

Anahtar kelimeler

Biyomekanik, motor kontrol, dinamik, statik, hareket analizi, denge, postür, sentez ve benzeşim, görüntüleme teknikleri, elektromiyografik, kas modellemesi, spor biyomekaniği,

pozisyon, hız, ivme, kuvvet, kuvvet platformu, hareket yakalama sistemi, biyomekanik enstrümantasyon, yazılım geliştirme ve doğrulama, sensör teknolojileri

Önemi ve Gerekçesi

Spor biyomekaniği, yaralanma riskini en aza indirmek ve spor performansını iyileştirmek için insan hareketlerinin ayrıntılı bir analizini içerir. Spor biyomekaniği ve motor kontrol, insan hareketinin mekaniği ve kontrolü ile ilgili bilim alanlarını kapsar. İnsan hareketlerinin detaylı bir analizi ile sporda yaralanma önleme, performans iyileştirme, daha verimli dış iskeletler tasarlama ve yürüme bozukluğu olan hastaların yürüyüş analizi yapılarak hasta değerlendirmesi ve takibi yapılabilir. Performans sporlarında başarı için mekanik faktörler incelenmekte ve biyomekanik analizler yaygın bir şekilde yapılmaktadır. Buradan elde edilen çıktılar performansın geliştirilmesinde ve yeni ekipmanların üretilmesinde kullanılmaktadır. Bu çerçevede sporcu performansının takibi, antrenmanların etkinliğinin değerlendirilmesi, üst düzey sporcularda teknik destek ve çeşitli modellemelerle spor yaralanmalarına ilişkin simülasyonlar anabilim dalımızın çalışma alanlarını içermektedir. Ayrıca, gerek kas-iskelet sistemi başta olmak üzere çeşitli hastalıkların gerek seyrinin ve gerekse cerrahi operasyonlar sonrasında tedavinin etkinliğinin takibinde klinik tıp bilimleri ile birlikte yürütülen anabilim dalımızdaki çalışmalar önem arz etmektedir. Gelişen teknoloji ile birlikte spor bilimleri alanında her yıl yeni sensörler ve basitleştirilmiş sistemler çıkmakta ve bu sistemler araştırmacıların yanı sıra sporcuların da daha kolay kullanabileceği hale getirilmektedir. Dünya'da spor bilimleri alanında önemli bir yere sahip olan spor biyomekaniği ülkemizde henüz yeterince yaygınlaşıp etkinliği artmamıştır.

Rekreasyon Bölümü

Egzersizde Beslenme ve Metabolizma Anabilim Dalı

Araştırma Öncelik Alanları

- Kronik hastalıkların önlenmesinde egzersiz
- Spor beslenmesi ve ergojenik destekler

Alt Çalışma Konuları

- Aç ve tok koşullarda yapılan egzersizin yağ oksidasyonu ve egzerkinler (mitokondri türevli peptidler, miyokinler, osteokinler vb.) üzerine etkileri
- Farklı beslenme stratejilerinin dayanıklılık ve anaerobik performansa etkisi
- Egzersiz sonrası toparlanmayı geliştiren beslenme ve ergojenik destek stratejileri
- Sporcularda relatif enerji mevcudiyetinin değerlendirilmesi ve sağlık ve performans ile ilişkilendirilmesi
- Beslenmenin periyodizasyonu ile egzersize bağlı adaptasyonun geliştirilmesi
- Sürdürülebilir beslenme stratejilerinin spor beslenmesindeki yeri
- Farklı popülasyonlarda vücut kompozisyonun değerlendirilmesi ve iyileştirilmesi

Anahtar Kelimeler

Spor beslenmesi, ergojenik destek, kafein, sodyum bikarbonat, düşük enerji mevcudiyeti, vücut kompozisyonu, egzersiz, yağ oksidasyonu, miyokin, insülin direnci, obezite

Önemi ve Gerekçesi

Spor beslenmesi ve ergojenik desteklere ilişkin araştırmalar

Günümüzde sağlığın geliştirilmesi, hastalıklardan korunma ve spor performansının optimize edilmesinin bileşenleri arasında egzersiz ve beslenme öne çıkmaktadır. Nitekim elit düzeydeki sporda profesyonelliğin artmasıyla; başarılı olmak isteyen sporcu ve antrenörler için sağlığın ve performansın geliştirilmesinde beslenmenin rolü her zamankinden daha önemli hale gelmiştir. Diğer yandan rekreasyonel olarak egzersiz yapanların da hedefleri arasında kilo

vermek, kas kütlesini artırmak ve vücut geliştirmek ilk sıralarda yer aldığından, rekreasyonel seviyede de beslenme stratejileri oldukça önem taşımaktadır. Bu nedenle sporcular, antrenörler, diyetisyenler ve hekimler; profesyonel ve rekreasyonel düzeyde spor performansını artıran, vücut kompozisyonunu iyileştiren beslenme stratejileri ve ergojenik besin destek ürünleri arayışına girmişlerdir. Nitekim sporla uğraşan çoğu bireyin, egzersizin yanı sıra farklı diyet stratejileri uyguladığı ve çeşitli besin destek ürünleri kullandığı bilinmektedir. Tüm dünyada diyet ve ergojenik destek stratejilerine harcanan maliyetin yılda yaklaşık 200 milyar dolar olduğu ortaya konmuştur. Tüm dünyada gelişmekte olan spor beslenmesi alanında; farklı spor branşlarındaki (kuvvet, güç veya dayanıklılık sporları, takım sporları, dövüş sporları, estetik sporlar, kış sporları, doğa sporları vb.) sporcuların, antrenman, müsabaka ve toparlanma periyodlarındaki besin ve ergojenik destek gereksinimlerinin belirlenmesi ve planlanmasına dair araştırma ve uygulamalar özellikle son otuz yılda hız kazanmıştır. Üniversitemizde spor beslenmesi alanında gerçekleştirilecek araştırmalar gerek bilimsel gerekse sporcu performansına yansımaları yönünden ülkemizin uluslararası rekabet düzeyinin artmasına destek olacaktır ve tüm dünyada hızla gelişen bu alanda öncü bilgilerin geliştirilmesine katkıda bulunacaktır.

Kronik hastalıkların önlenmesinde egzersizin rolüne ilişkin araştırmalar

Günümüzde toplumları etkisi altına alan endüstriyel ve teknolojik gelişmeler nedeniyle azalan fiziksel aktive düzeyi beraberinde obezite ve ilişkili birçok metabolik hastalığın artmasına yol açmaktadır. Araştırmalar, yakın gelecekte özellikle gelişmiş ülkelerde obezite prevalansının dramatik boyutlara ulaşacağını öngörmekte olup, bulaşıcı hastalıklar için kullanılan “salgın” ifadesi obezite için de kullanılmaktadır. Öte yandan düzenli yapılan egzersizin başta obezite olmak üzere ilişkili birçok metabolik hastalığın görülme sıklığını azalttığı bilinmektedir. Düzenli yapılan egzersizin sağlığın korunmasındaki en etkin uygulama olduğu bilinmesine karşın egzersizin hangi koşullarda yapılması halinde sağlık açısından maksimum faydayı sağladığı ve yaşam kalitesini arttırdığı günümüzde hala merak konusudur. Son yıllarda yağ oksidasyonundaki azalmanın obezite, insülin direnci ve metabolik sendrom gibi hastalıklarla ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Egzersizin, çok sayıda doku ve organdan salgılanan ve bu sebeple egzerkin olarak da isimlendirilen moleküller aracılığıyla glukoz ve yağ metabolizmasını düzenlediği ortaya konmuştur. Henüz gelişmekte olan bu alanda yapılacak araştırmalar egzersizin sağlığın korunmasındaki rolünün aydınlatılmasına katkı sağlayacaktır.

Rekreasyon Bölümü

Fiziksel Aktivite ve Sağlık Anabilim Dalı

Araştırma Altyapısı

- Fiziksel Aktivite ve Sedanter Davranış Laboratuvarı

Araştırma Öncelik Alanları

- Fiziksel Aktivite
- Sedanter davranış
- Fiziksel Aktivite ve sedanter davranış değerlendirme yöntemleri

Alt Çalışma Konuları

- Fiziksel aktivite değerlendirme yöntemleri,
- Fiziksel aktivitenin sağlık parametreleri ve bulaşıcı olmayan kronik hastalıklar ile ilişkisi
- Sedanter davranış paternlerinin sağlık parametreleri ve bulaşıcı olmayan kronik hastalıklar ile ilişkisi
- Vücut kompozisyonunun fiziksel aktivite, sedanter davranış paternleri ve sağlıkla ilişkisi
- Dinlenik metabolik hızın fiziksel aktivite, sedanter davranış paternleri ve sağlıkla ilişkisi

Anahtar Kelimeler

Fiziksel aktivite, Sedanter davranış paterni, vücut kompozisyonu, dinlenik metabolik hız

Önemi ve Gerekçesi

Düzenli fiziksel aktivitenin (FA) sağlığı çok yönlü geliştirdiği, sedanter davranış süresi arttıkça bulaşıcı olmayan kronik hastalıkların risk düzeyinin arttığını gösteren pek çok çalışma olsa da son yıllarda yapılan çalışmalarda yeterli FA düzeyine sahip bireylerin dahi uzun süreli sedanter davranışın olumsuz etkileri nedeniyle bulaşıcı olmayan kronik hastalıklara yakalanma risklerinin arttığı gösterilmiştir. Dünya Sağlık Örgütü'nün 2020 yılı Fiziksel Aktivite ve Sedanter Davranış Rehberi'nde sedanter davranış örüntüsünün irdelenmesi gerektiğinin yanı

sıra sadece orta ve yüksek şiddetli fiziksel aktivitelerin değil düşük şiddetli fiziksel aktivitelerin de sağlık üzerine olumlu etkilerinin incelenmesi gerekliliği vurgulanmıştır. Literatürde farklı sürelerdeki sedanter davranış örüntüleri ile sağlık değişkenleri arasındaki ilişkiyi geniş kapsamlı olarak inceleyen araştırmalar sınırlıdır.

Literatürde fiziksel aktivitenin değerlendirilmesine yönelik çok sayıda ölçüm aracı olsa da büyük ölçekli çalışmalarda kullanılabilecek sedanter davranışı değerlendiren subjektif (anket ya da günlük yöntemi) ölçüm araçları sınırlıdır. İnaktivite prevalansının giderek arttığı günümüzde, sedanter davranış ve sedanter davranış örüntülerinin değerlendirilmesi ve hedef popülasyonlara özgü sedanter davranışın azaltılmasına yönelik stratejilerin geliştirilmesi hem ülke hem de küresel düzeyle sağlığın iyileştirilmesine yönelik katkı sağlayacaktır. Bu bağlamda maliyeti düşük olması nedeniyle büyük ölçekli çalışmalarda kullanılabilecek sedanter davranış ve sedanter davranış örüntülerinin değerlendirilmesine yönelik anketlerin geliştirilmesi ya da uyarlanması önem taşımaktadır.

Fiziksel aktivite düzeyinin azalması, sedanter davranış süresinin artması ve uzamış sedanter davranış örüntüsü nedeniyle bulaşıcı olmayan kronik hastalıkların riski artmaktadır. Bireylerin daha erken yaşlarda kronik hastalıklara ilişkin tanı almaları ile birlikte uzun yıllar ilaç kullanımları söz konusu olduğundan ülke ekonomisine önemli yük getirmektedir. Ayrıca kronik hastalıklar nedeniyle iş gücü ve verimlilik de azalmaktadır. Dolayısıyla sedanter davranış örüntülerine ilişkin geliştirilecek önerilerle birlikte bulaşıcı olmayan kronik hastalıkların riski azalması mümkün olabilecektir. Bu bağlamda ele alınacak alt başlıklar metabolik sağlık, Tip 2 diyabet, obezite vb dir.

Vücut kompozisyonu sağlıkla ilişkili fiziksel uygunluğun bileşenlerinden biri olmakla birlikte sportif performans açısından da önemli bir bileşendir. Büyüme ve gelişimin takibinde boy, vücut ağırlığı ve beden kütle indeksi parametreleri kullanılmaktadır. Ülkemiz çocuklarına özgü büyüme eğrilerine ilişkin norm değerleri bulunmamaktadır. Ülkemiz okul çağı çocuklarına özgü norm değerlerinin geliştirilmesi ile birlikte sağlıklı büyümenin takip edildiği tıp, beslenme, çocuk gelişimi ve spor bilimleri alanlarına önemli bir katkı sunulacağı öngörülmektedir. Ayrıca büyüme, olgunlaşma, fiziksel aktivite, motor gelişim kavramlarının birlikte ele alınıp irdelenmesi oldukça önemlidir. Çocukların küçük yaşlardan itibaren fiziksel aktivite yoluyla motor becerilerini geliştirmesi sağlıklı büyüme ve gelişmenin yanı sıra yetişkinlik döneminde de fiziksel olarak daha aktif bireyler olmalarına katkı sunabilecek ve dolaylı olarak toplum sağlığının korunmasına katkı sağlanabilecektir.

Fiziksel aktivite düzeyinin azalması ve sedanter davranış süresinin artması ile birlikte kas kütlesi azalacaktır. Azalan kas kütlesi dinlenik metabolik hızın azalmasına dolayısıyla enerji dengesinin pozitif yönde değişmesine ve yağ kütlenin artmasına neden olacaktır. Dinlenik metabolik hızın belirlenmesinde kullanılan pek çok regresyon formülü olsa da bu formüller vücut kompozisyonu parametrelerinden sadece boy, kilo ve vücut kütle indeksini içermektedir. Kas kütlenin dinlenik metabolik hıza katkısından yola çıkarak kas kütlenin de regresyon formüllerine dahil edilip edilemeyeceğinin irdelenmesi önem taşımaktadır. Diğer yandan daha hali hazırda kullanılan regresyon formülleri geliştirilirken dinlenik metabolik hızın değerlendirilmesinde kullanılan cihazların eski teknolojiye sahip olması, formüllerin günümüz koşullarında yeni nesil teknolojilere sahip cihazlarla yeniden ele alınmasının daha geçerli formüller elde edilesine katkı sağlayacağı öngörülmektedir. Daha geçerli formüllerin elde edilmesi, bireye özgü egzersiz ve diyet planlamalarının daha doğru yapılması ve dolayısıyla genel sağlık düzeylerine katkı sağlaması açısından önemlidir.

Literatürde fiziksel aktivitenin değerlendirilmesinde pek çok ölçüm aracı yer alsa da, hedef kitlelerin özelliklerine (yaş, iş durumu vb.), kullanım koşullarına ve maliyetine göre ölçüm araçlarının doğru seçimi oldukça kritiktir. Bu bağlamda her koşula uygun geçerli ve güvenilir ölçüm araçlarının çeşitliliği artırılarak literatüre kazandırılması gerekmektedir. Bu da bu tür ölçüm araçlarının test edilmesinin gerekliliğini ortaya koymaktadır. Sonuç itibarıyla fiziksel aktivite ve sedanter davranışın ölçümünde kullanılan objektif ölçüm araçların geçerliği ve güvenilirliğine ilişkin yapılacak çalışmaların öncelikli alan açısından değerlendirilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Rekreasyon Bölümü

Sporda Sosyal Alanlar Anabilim Dalı

Araştırma Öncelik Alanları

- Spor ve Toplumsal Cinsiyet Eşitliği
- Sporcu Koruma Politikaları
- Neoliberal Dönemde Olimpik Sporcu Markalaşmaları

Alt Çalışma Konuları

- Spora katılım ve sporda temsilde toplumsal cinsiyet temelli eşitsizliklerin belirlenmesi
- Sporda toplumsal cinsiyet temelli ayrımcılığın önlenmesi
- Kadınların ve kız çocukların spor yoluyla ve sporda güçlenmesi
- Sporda taciz ve istismar risk faktörlerinin belirlenmesi
- Ulusal sporcu koruma politikasının geliştirilmesi
- Neoliberal spor endüstrisinde sporcuların bireysel markalarının inşa sürecinde dijitalleşmenin rolü
- Olimpik sporcuların dijital dünyada sporcu kimliklerinin inşasında neoliberal değerlerin ve ulusal değerlerin rolü

Anahtar Kelimeler

Spor, toplumsal cinsiyet eşitliği, sporcu koruma, sporda taciz ve istismar önleme, politika geliştirme, kadının güçlenmesi, sporcu markalaşması, Olimpik sporcu kimliği, ulusal değerler

Önemi ve Gerekçesi

Geçmiş yıllara göre kadınların spora katılımları artmakla birlikte, kadınların sporun her düzeyindeki temsilleri azdır ve fırsatlardan ve olanaklardan yararlanma düzeyleri hala erkeklere göre düşüktür. Sürdürülebilir Kalkınma Amaçlarının 5. maddesinde yer aldığı gibi toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması, temel insan haklarının güvence altına alınması ve kadınların ve kız çocukların güçlenmesi için kritik önemdedir. Spor ise toplumsal cinsiyet eşitliğinin

sağlanması için önemli bir sosyal alandır. Bilim insanlarının görevi ise sporda toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması için bilimsel bilgi üretmek ve spor aracılığıyla kadınların ve kız çocuklarının güçlenmesi için yol haritaları sunmaktır. O nedenle bilimsel araştırmalar ile sporda toplumsal cinsiyet temelli eşitsizliklerin ortaya koyulması; elde edilen veriler temelinde toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanmasına yönelik çözüm önerilerinin geliştirilmesi gerekmektedir.

Sporcular, saygılı, eşitlikçi ve sporculara karşı her türlü kaza-dışı şiddetten uzak bir spor ortamı olarak tanımlanan 'güvenli spor' hakkına sahiptir. Ancak çalışmalar sporda her türlü taciz ve istismarın yaygın olduğunu göstermektedir. Uluslararası Olimpiyat Komitesine (2017) göre uluslararası ve ulusal spor kurumları sporcuların sağlığını, iyilik halini ve esenliğini öncelemelidir. Spor bilimlerindeki araştırmacıların görevi ise sporda taciz ve istismarın yaygınlığı, sıklığı ve önlenmesi hakkında bilimsel bilgi ve bilimsel kanıt ağını büyütmek, bilimsel bulguları spor ortamlarına uygulamak için bilginin transfer edilmesine ve teşvik edilmesine yönelik öneriler geliştirmektir. Bu bağlamda Türkiye'de spor ekosisteminde taciz ve istismarın risk faktörlerinin belirlenmesi ve risk faktörlerinin elimine edilmesi için ulusal düzeyde araştırmalar yürütülmelidir. Türkiye'de henüz ulusal verilere dayalı bir çalışma olmadığı için TÜBİTAK destekli yürütülmekte olan proje Türkiye spor bilimleri açısından önemli bir veri kaynağı olabilecektir. Sporcu koruma, güvenli spor ortamlarının oluşturulması için sporcuların haklarını içeren net bir politikayı; davranış kodları, eğitimler, şikâyet ve destek mekanizmaları gibi prosedürlerin geliştirilmesini ve uygulanmasını ayrıca izleme ve değerlendirme prosedürlerini kapsayan bir süreçtir. Bilim insanlarının görevi bu sürecin nitelikli işlemesi için bilimsel veri sağlama ve analizdir. Sporcu koruma politikalarının en önemli bileşenlerden biri eğitim programlarıdır. Bilim insanları sporcu, antrenör, spor kurumu yöneticileri ve ebeveynleri gibi spor aktörlerinin bilimsel bilgiye ve eğitim programlarına erişimini sağlamakla yükümlüdür. Türkiye'de sporcu korumaya yönelik bir politikanın olmadığı göz önünde tutulduğunda mevcut durumun analizi ile elde edilecek verilerden karar verici ve uygulayıcılara yönelik bilgi ve veri akışı sağlanmış olacak ve böylece toplumsal fayda için bir sporcu koruma politikası önerilebilecektir.

Erken Cumhuriyet döneminde ulusal kimliğin inşasında spora verilen sembolik anlamın bir benzeri Olimpik sporcuların dijital medyada markalaşmalarında ulusal değerlere verilen anlamda gözlenmektedir. Olimpik başarının Türk milli kimliğinin ve milli bütünlüğün inşasındaki rolü sınırlı sayıda araştırmada ortaya konmuş olmakla birlikte dijital kültürde bu rol, Türkiye'nin neoliberal politikalarıyla ve farklı kimliklerin (cinsiyet, etnik, siyasi gibi) farklı

biçimlerde sunulmaya başlanmıştır. Özellikle Olimpik kadın sporcuların sosyal medya paylaşımlarında, Erken Cumhuriyet döneminde modernleşmenin sembolü olarak görülen kadın kimliğinden farklılaşan, postfeminist ve neoliberal politikalarla şekillenen bir sporcu kimliği (güçlü Türk kadını) inşası gözlenmektedir. Bu konularla ilgili uluslararası literatür henüz kuramsal bir perspektif geliştirme sürecindedir. Bu bağlamda, Türkiye'de milli kimliğin inşasında ve toplumsal cinsiyet kalıp yargılarının kırılmasında aktif rol oynayan Olimpik kadın ve erkek sporcuların kişisel markalarının inşasının, Türkiye'nin siyasi ve kültürel iklimi ile toplumsal cinsiyet rejimini dikkate alarak kesişimsel bir yaklaşımla incelenmesinin, uluslararası literatüre kuramsal bir katkıda bulunacağı öngörülmektedir.