

Öğrencilerde Yüzme Algısı Metafor Çalışması Giresun Üniversitesi Örnekleme

Asiye Hande Başkan¹

Özet

Bu çalışmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Bölümünde öğrenim gören I.sınıf öğrencilerin yüzme kavramına ilişkin metaforik algılarını belirlemektir. Çalışmaya Giresun Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük bölümünden toplam 20 öğrenci katılmıştır. Veriler ve çıkan sonuçlar açık uçludur. Metafor analizi için katılımcılardan “Yüzme benim içindır. Çünküdır.” şeklindeki soruları doldurmaları istenmiştir. Veriler içerik analizi ile değerlendirilmiş ve 3 ana tema altında toplam 15 metafor ortaya çıkarılmıştır. İçerik analizi yoluyla birbirine benzer ifadeler uygun kategoriler altında bir araya getirilmiştir. Verilerin analizi sonucu sonucunda öğrencilerin yüzme kavramına yönelik 15 olumlu metafor ürettiklerini yüzme kavramını çoğunlukla “eğlence, spor, aktivite ve kaslar”, kavramlarıyla açıkladıkları görülmüştür. Üretilen metaforlar üretilme gerekçeleri dikkate alınarak hayat, spor ve sağlık temaları altında toplanmıştır. 1 aşamalı 1 form kullanılmıştır. Bu form teknoloji kullanılarak google formdan yapılmıştır. Cevaplar verildikten sonra deşifre edilmiştir.

GİRİŞ

Spor, insanlık tarihi kadar eski bir geçmişe sahiptir ve yaşantımızın vazgeçilmez bir olgusudur. Sporun gelişmesi medeniyetin gelişimini paralel olarak etkilemiştir. Spor, toplumları birleştirdiğinden ve bireylerin hayatını yakından ilgilendirdiğinden hem birey hem de toplum için vazgeçilmez olgular bütünü olarak görülmektedir. Bundan dolayı spor, toplumun göz ardı edemeyeceği, aksatmayacağı ve vazgeçemeyeceği bütünleştirici faaliyetler olarak kabul edilir (Sunay, 2003, Akt: Yetim., Kalfa, 2019).

Spor, sağlık ve yaşam tarzımızı hayatımızı etkileyen faaliyetlerdir. Bireylerin spor yapması hayatlarında daha sağlıklı olmalarını sağlar. Düzenler spor

1 Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID ID: 0000-0002-7298-2184

yapmak hayatımızı ve sağlığını doğrudan etkilemektedir. Yüzme kişinin belli bir yerden başka bir yere ulaşabilmek için suyun içinde yaptığı makul ve devamlılık gösteren hareketlerdir (Pollock M.L., Willmore, J.H 1978, Akt: Hamdioğlu., 2022). Fiziksel gelişimi en etkili şekilde sağlayan sporlardan biridir. Yer çekimi ve kuvvetinin sifira yaklaştığı bu sporu yapanların vücudundaki bütün kaslar belli bir uyum içerisinde çalışır. Suyun direncine karşı kuvvetle yapılan bir spor dalı olduğu için vücudun direncini artırır (Gökhan vd., 2011).

Metafor, algısal benzerlik olan bir objeden diğerine geçen anlam transferidir. Metaforlar insanların saydam veya karışık olan olgularını daha belirgin ve deneyimlenmiş olgular ile kıyaslamalarını venet olmayan olgulara yönelik fikirler geliştirmelerini sağlar. Metaforlar hayatımızda kullanmakta olduğumuz dili süslemeye yarayan bir söz sanatı değildir; metaforlar yaşamımızda tahmin ettiğimizden daha fazla yer kaplar (Saban, Koçbeker ve Saban, 2006; Semerci, 2007).

Yüzme sadece spor amaçlı değil, boş zamanları yararlı kullanma, kuvvet kazanma ve iyileştirmenin yanı sıra birçok kasın uyumlu bir şekilde gelişmesini sağlar. Yüzme sporunda vücudumuzdaki bütün kaslar aktif hale gelir. Yüzerken daha az enerji harcadığımızda bile kolay hareket edilebilmektedir. Yüzme bireyin otorite ve iltimat duygularının gelişmesine katkı sağlar (Atasoy, 2018).

Yüzme sporunun kalp-dolaşım sistemine olan etkileri; Suyun içerisinde yatay pozisyondayken kalp atış hızı ayakta durma pozisyonuna göre daha iyidir. Çünkü, yatay pozisyonda, kalp organına kan dolumu ile iyi olur. Suyun kaldırma kuvveti olduğundan yer çekimine karşı koyar. Bu durumda kalp organı, kanı yer çekimine karşı hareket ettirmek zorunluluğunda olmaz. Suyun içerisindeyken de kalp, ısı kontrolüne yardım etmek için deriye fazladan kan yollamak zorunda olmaz. Yüzme sporu ile ilgilenenlerin dolaşım sistemleri, diğer spor dalları ile ilgilenenlere göre farklılık göstermektedir. Yüzme vücudumuzun bütün bölgelerini çalıştırdığı için sinir sistemine etki eden spor dallarından biridir. Suda olan bütün çalışmalarda, duyu organlarının işleve girmesiyle sinir sisteminin etkileri ortaya çıkmaktadır. Sinir sistemi ve duyu organları uyum içinde çalışmaktadır. Suda yapılan çalışmalarda bireyin gevşeme ve zinde hissetmesi; sinir sisteminin rahatladığının göstergesidir (Akademi yüzme, 2014; Akt: Orhanlı., 2017).

MATERYAL METHOD

Araştırma modeli: Yapılan bu araştırmanın amacı Giresun Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Bölümü I. Sınıfta öğrenim gören

öğrencilerin yüzme branşı ile ilgili metaforik algılarının incelenmesi olarak belirlenmiştir. Araştırma nitel araştırma modelidir.

Evren ve Örneklem: Araştırmanın örneklerini Giresun Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Bölümü 1. Sınıfta öğrenim gören 20 kişi oluşturmaktadır. Araştırmaya 9 erkek, 11 kadın öğrenci katılmıştır ve yaş ortalamaları 20'dir.

Verilerin Toplama Aracı ve Verilerin Toplanması: Araştırmada kullanılan veriler bu çalışma için geliştirilen yarıyapılandırılmış Google Form ile toplanmıştır. İlgili alanda literatür incelenmiştir. Görüşme formunda; Çalışmaya katılan öğrencilerin demografik özellikleri, çalışmanın ana temasına yönelik sorular ve konu ile alakalı görüşlerin belirlenmesi için oluşturulan sorular hazırlanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin yüzme kavramına ilişkin metaforlarını belirlemek için tek aşamalı bir form kullanılmıştır. Formda öğrencilerden, yüzme kavramını hangi metaforla ilişkilendirdiklerini belirlemek için “Yüzme.....gibidir.” cümlesini tamamlamaları istenmiştir. İkinci aşamada öğrencilerin yüzme kavramıyla ilişkilendirdikleri metaforu açıklamaları amacıyla “Çünkü.....” kelimesi ile başlayan bölümü doldurmaları istenmiştir. Bu yaklaşımın kullanılmasının temel amacı, öğrencilerin yazdıkları formları birer doküman olarak araştırmada temel veri toplama aracı olarak bu formları kullanmaktır. Form öğrencilere uygulanmıştır. Araştırmadan elde edilen toplam 20 veriden 2 tanesi araştırma kapsamına uymadığı için çalışmaya dahil edilmemiştir. Miles ve Huberman (1994) önerdiği uyum yüzdesi formülü ile bulguların güvenilirliği hesaplanmıştır.

$$\text{Güvenirlilik} = \frac{\text{Görüş Birliğininine Varılan Form Sayısı}}{\text{Toplam Form Sayısı}} \times 100$$

Formül hesaplama sonucu; Güvenirlilik= 18/20x100= 90 değerine ulaşılmıştır. Bu sonuca göre çalışma güvenilirliği yeterli düzeydedir.

Verilerin Analizi: Araştırmadan elde edilen verilerin demografik bilgiler kısmında bulunan değişiklerin frekans ve yüzde değerlerine bakılmıştır. Katılımcılara açık uçlu sorular sorulmuştur. Analize başlamadan öncesinde açık uçlu soruya verilen cevapların hepsi ve içerik analizinde toplanan veriler kodlandırılmıştır. Bu kodlara göre sınıflandırmalar yapılmıştır. Verileri genel anlamda açıklayabilen ve kodları belirli kategoriler altında toplayabilen temalar bulunur. Temaların bulunması için öncesinde kodlar bir araya getirilir ve aralarındaki ortak yönler bulunur. Bu bir tematik kodlama işlemidir ve toplanan veriler için kodlar aracılığı ile kategorize edilmesidir. Kodlar bir

araya getirilir ve ortaya çıkan tema sayısı fazla ise temaların ortak ilişkilerinden yararlanılarak bir üst tema için sınıflandırma yapılır. Ortaya çıkan temalar ile veri setinin çeşitli bölümlerinin etkili olması açısından temsil edilip edilmediğine bakılarak dikkat edilmelidir. Bu aşamanın ardından dışarıdan bir araştırmacının ortaya çıkan temaların yeterli düzeyde olup olmadığı ve veri setini yansıtıp yansıtmadığını butemalara göre verilerin etkili biçimde düzenlenip düzenlenmediği incelenerek, çalışmayı sürdürenlere önerilerde bulunması yarar sağlayacağı düşünülmektedir(Yıldırım ve Şimşek, 2013).

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların cinsiyet, yaş, ekonomik durum ve yaşadığı yere göre yüzde ve frekans dağılımları

Değişken	Değişken türü	f	%
Cinsiyet	Kız	11	55
	Erkek	9	45
Yaş	18 yaş	8	40
	19 yaş	5	25
	20 yaş	3	15
	21 yaş	2	10
	22 yaş	1	5
	23 yaş	1	5
Ekonomik durum	Alt düzey	1	5
	Orta düzey	18	90
	Üst düzey	1	5
	İl	11	55
Yaşadığı yer	İlçe	7	35
	Kasaba	0	0
	Köy	2	10
	Toplam		20

Tablo 1. incelendiğinde araştırmaya katılan 11(%55) öğrencinin cinsiyetinin kadın, geriye kalan 9(%45) öğrencinin cinsiyetinin erkek olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaşlarına bakıldığında 8(%40) kişinin yaşı 18, 5(%25) kişinin yaşının 19,3(%15) kişinin yaşının 20, 2(%10) kişinin yaşının 21, kalan 2 kişiden 1(%5)'inin yaşının 20 diğerinin (%5) yaşının 19 olduğu belirlenmiştir. Tablo incelendiğinde katılımcılarının neredeyse tamamına yakın bir çoğunluğunun ekonomik durumunun orta olduğu görülmektedir. 18(%90) kişinin ekonomik durumu orta, 1(%5)kişinin

ekonomik durumu iyi, 1(%5) kişinin ekonomik durumu kötü olduğunu görmekteyiz. Katılımcıların çoğu il ve ilçelerde yaşamaktadır. 11(%55) kişi ilde,7(%35) kişi ilçede, 2(%10) kişi köyde yaşamaktadır. Tabloda kasabada yaşayan katılımcı olmadığı görülmektedir.

Tablo 2 “Yüzme” kavramı ile ilgili öğrenciler tarafından oluşturulan metafor kategorileri

<i>Kategoriler</i>	<i>Metafor</i>	<i>Sayısı</i>	<i>Frekans</i>	<i>%</i>
1. Hayat	mucize(1) eğlence(4) keyif(2) aktivite (2) özgürlük (2) zevk(1) huzur(1)	7	13	54,1
2. Sağlık	faydalı(1) rahatlatıcı(2) sağlık(3)	3	4	16,1
3. Spor	kaslar(3) hareket(1) gelişmek(1) hafiflemek(1) meditasyon(1)	5	7	29,1
Toplam		15	24	100

Tablo 2. incelendiğinde aynı metaforun farklı kategorilerde bulunduğu görülmektedir. Katılımcılar aynı metafora farklı anlamlar yüklemektedir. Katılımcıların yüzme kavramına ilişkin olarak ürettikleri metaforlar 3 kavramsal kategori altında toplanmıştır. Bu kategoriler; hayat, spor ve sağlıktır. Yüzme kavramı en fazla %54,1 ile hayat metaforlarıyla tanımlanmıştır. Bu kategoride 7 metafor 13 katılımcı tarafından sunulmaktadır. Ortaya çıkan metaforlar; mucize(1), eğlence(4), keyif(2), aktivite(2), özgürlük(2), zevk(1), huzur(1) olarak belirlenmiştir. İkinci sırada bulunan %29,1 ile spor kategorisidir. Bu kategoride 7 katılımcı tarafından 5 metafor sunulmaktadır. Bu metaforlar; kaslar(3), hareket(1), gelişmek(1), hafiflemek(1), meditasyon(1) olarak belirlenmiştir. En son kategori sağlıktır. Sağlık kategorisinde 3 metafor 4 katılımcı tarafından sunulmaktadır. Bu kategoride ortaya çıkan metaforlar fayda(1), rahatlatıcı(1) sağlık(1) ‘dir.

Öğrencilerin yüzme kavramına ilişkin oluşturdukları metaforlar:

Araştırmada öğrencilere; yüzme branşı ile ilgili metaforlar sorulmuştur. Öğrencilerin özdeşleştirdikleri yüzme metaforları, Tablo 2’de verilmiştir. Tablo 2’de görüldüğü gibi öğrencilerin yüzme kavramını 15 metaforla özdeşleştirdiği ortaya çıkmıştır. Öğrenciler yüzme kavramını en çok “eğlence

(4), kaslar (3), keyif (2), aktivite (2), özgürlük (2), mucize (1), zevk (1), huzur (1), faydalı (1), sağlıklı (1), hareket (1), gelişmek (1), hafifleme (1), meditasyon (1)” metaforlarıyla özdeşleştirdiği görülmektedir.

TARTIŞMA

Spor Bilimleri Fakültesi antrenörlük bölümünde öğrenim gören 1.sınıf öğrencilerine yönelik yapılan araştırma sonucu ulaşılan sonuçlara göre, öğrencilerden yüzme ile ilgili ortaya çıkan metaforların büyük çoğunluğu hayat kategorisinde (f:13) ve bu kategoriyi sırasıyla spor (f:7), sağlık(f:4) takip etmektedir. Öğrencilerin yüzmeyi çok farklı metaforlarla tanımladıkları görülmektedir. Metaforların gerekçelerine bakıldığında yüzme branşının rahatlatıcı etkisi, eğlenceli bir aktivite olması ve kasları çalıştırma gibi yüzmenin katılımcı öğrencilerin tümü tarafından olumlu yönleri ifade edilmiştir. Literatürde yüzme ile ilgili çalışmalar bulunmaktadır.

Yüzme sporu ile uğraşanların, spora başladıkları ilk günlerden başlayarak fiziksel gelişimlerinde etkili değişimler gözlenir. Gelişmeler bireyin bütün hayatını kapsayacak gelişmelerdir. Yüzme sporu vücudumuzdaki bütün kas gruplarının aktif olarak kullanıldığı en başta gelen spor branşlarından biridir. Suyun kuvvetine karşı yapıldığından dolayı kasın ve genel kuvvetin gelişmesinde büyük katkısı vardır. Bunlara ek olarak aşırı yüklenmeye bağlı vücut ağırları meydana getirmeyen bir spor dalıdır. (Altay, 2009, Akt: Hamdioğlu, 2022).

Yüzme sporu kendine özgü kuralları, stilleri ve dalları olan profesyonel olarak yapılan bir spor dalıdır, amatörce ve eğlence sporu olarak diğer branşlara göre daha fazla tercih edilir (Wade 1982). Bu çalışma sonucu kendi çalışmamızda eğlence, aktivite, zevk ve huzur metaforları ile benzerlik göstermektedir. Yüzme branşını diğer spor branşlarından ayıran en önemli özelliği suyun içinde yapılması ve bedenin gelişimini en iyi seviyede sağlayan ender spor dallarından biri olmasıdır. Yer çekiminin karaya göre sifıra yaklaştığı yüzme branşı, bu sporu yapan herkesin bütün kas gruplarının bir fabrika gibi düzen ve uyum içinde hareket etmesine olanak sağlar. (Gönener, 2019, s.3). Yine çalışmamızdan elde ettiğimiz öğrencilerin faydalı bir spor olarak gördüğü ve gelişmek metaforuyla paralellik gösterdiği görülmektedir.

SONUÇ

Yüzme sporu sadece müsabaka sporu olmamakla birlikte serbest zamanlarımızı değerlendirebildiğimiz, kuvvet kazanabildiğimiz ve hastalıkların tedavisinde kullandığımız bir spor dalıdır (Güler, 2000,s.1). Bizim çalışmamızda da katılımcılar yüzmeyi bu tanıma benzer şekilde

olumlu özellikler ile açıklamışlardır. Katılımcı öğrencilere yaptığımız açık uçlu anketin sonuçlarına bakıldığında öğrencilerin yüzme ile ilgili doğrudan ilişkilendirilecek kavramları tercih ettikleri görülür. Sağlıklı bir yaşamın olmazsa olmazı sporun bir branşı olan yüzme, katılımcı öğrencilerin deneyimlediği, izlediği veya yararlarını bildiği bir branş olmalı çünkü tüm öğrenciler literatürde yüzmenin tanımında geçen veya faydalarından bahseden araştırmalara yakın metafor örnekleri vermiştir. Bireyler, yüzmenin kendilerine keyif ve huzur verdiğine, faydalı ve rahatlatıcı bir aktivite olduğunu ve kasları çalıştırıp geliştirdiğini düşünürler. Son olarak katılımcı spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yüzme hakkında yapılan araştırmada ortaya çıkan kavramsal kategorilerin yaşa, cinsiyete ve ekonomik duruma göre anlamlı bir farklılığın olmadığı ortaya çıkmıştır. Yüzmenin literatürdeki çalışmalarda da ortaya çıkan bu kadar faydası varken, yüzme egzersizi konusunda farkındalık yaratmak ve sürekliliği sağlamak adına çeşitli kurslar ve programlar düzenlenebilir. Var olan programların da daha fazla çocuk, genç ve yetişkine hitap etmesi adına medya çalışmaları düzenlenebilir.

KAYNAKLAR

- Atasoy, H. (2018). Yüzme antrenmanlarının 8-10 yaş performans grubu yüzücülerin serbest stil dereceleri ile bazı antropometrik ve motorik özellikler üzerindeki etkisinin incelenmesi, Yayınlanmış yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, İstanbul.
- Hamdioğlu R. (2022). Trabzon'da 10-13 yaş arası yüzme yapan bireylerin yüzme sporunu tercih etme nedenleri ve ileri dönük beklentileri, Yayınlanmış yüksek lisans tezi, Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kars.
- Gökhan, İ., Kürkçü, R. Devocioğlu, S., & Aysan A., H. (2011). Yüzme egzersizinin solunum fonksiyonları, kan basıncı ve vücut kompozisyonu üzerine etkisi. Klinik ve Deneysel Araştırmalar Dergisi, 2(1), 35-41.
- Gönener, A. (2019). Yüzme antrenörler, sporcular için yüzme, Ankara, Akademisyen Kitap Evi.
- Güler, ÇG. (2000). 9-18 yaş müsabık yüzücülerde eklem hareket genişliğinin ve antropometrik parametrelerin yüzme performansı ile ilişkisi ve bunu temel alan yeni bir esneklik programının düzenlenmesi, Yayınlanmış doktora tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Orhanlı, C. (2017). Ailelerin çocuklarını yüzme sporuna gönderme nedenlerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi, Yayınlanmış yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Bursa.
- Pollock M.L., Wilmore J.H. and Fox, (1978). Health and fitness through physical activity, John Wiley and Sons, New York.
- Saban, A, Koçbeker, B.N. ve Saban A. (2006). Öğretmen adaylarının öğretmen kavramına ilişkin algılarının metafor analizi yoluyla incelenmesi. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri. 6(2),461-522.
- Semerci, Ç. (2007) Program geliştirme kavramına ilişkin metaforlarla yeni ilköğretim programlarına farklı bir bakış, C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi, 31,125-140.
- Sunay H. (2003). Türk Spor Politikasına Analitik Bir Bakış. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(1), 39-42
- Yapıcı, İ. (2015). Lise öğrencilerinin biyoloji kavramına erişkin metaforik algıları. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi , 14 (55) , 139-147.
- Yetim, A. A. & Kalfa, M. (2019). Üniversite öğrencilerinin sporla ilgili metaforik algıları ve spor etkinliği dersi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi , 17 (1) , 41-54 .
- Yıldırım, A., Şimşek, H. (2013) Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri, Ankara, Seçkin.

Wade, P. (1982). Spor seyircisinin el kitabı, İstanbul, Adam.

<http://www.akademiyuzmeokulu.com/2014/03/01/yuzmenin-kalp-dolasim-sistemine-etkileri//www.atayuzme.com.tr/>. Erişim tarihi: 03.02.2017

<http://www.populermedikal.com/diyetegzersiz/yuzme2.asp>. Altay A. R. (2009) Yüzme Sporuna ve Katkıları. Erişim tarihi 5 Eylül 2016.