



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

**KLASİK VE GELENEKSEL TÜRK OKÇULUĞU TEMEL EĞİTİMİNİN 9-15 YAŞ
ARASINDAKİ BİREYLERİN DİKKAT SEVİYELERİ ÜZERİNE ETKİSİ**

Muhammet BASTEM
ORCID: 0000-0002-5979-6854

Danışman
Doç. Dr. Duygu HARMANDAR DEMİREL
ORCID: 0000-0003-4090-7929

Konya – 2024

ÖN SÖZ

Bu çalışma, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı'nda yüksek lisans tez konusu olarak yapılmıştır. Çalışmanın her aşamasında rehberlik yapan, bilgi ve tecrübelerini paylaşan, kısacası bu çalışmaya mimarlık yapan değerli Danışmanım Doç. Dr. Duygu HARMANDAR DEMİREL hocama teşekkür ederim.

Araştırma konusunun temel yapıtaşı olan “okçuluk” üzerine görüşmeler yaparak zamanlarını ayırıp, kıymetli fikirlerini benimle içtenlik ve samimiyetle paylaşan sayın Prof. Dr. Erkan GÖKSU'ya, Dr. Murat ÖZVERİ'ye, Okçular Vakfı Okçuluk Araştırmaları Enstitüsü Koordinatörü Hasan ŞAHİNTÜRK'e, Okçuluk Antrenörüm Murat KAMIŞDERE'ye, Ok Ustası Bekir BÜYÜKSINDIR ile Hasan KOÇ'a, Yay Ustası Osman GÖZEL'e, kaynak desteğinde bulunan Öğretim Görevlisi Dr. Metehan TEMİZEL ve Araştırma Görevlisi Dr. Recep Efe ÇOBAN'a teşekkürlerimi sunarım.

Çalışmanın saha uygulaması için izin talebimi kabul eden Meram Belediyesi'ne ve Meram Belediyesi Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürü sayın Sinan KABAK'a, araştırmaya gönüllü olarak katılım sağlayan Öğrenciler ile izin veren Velilerine, uygulama aşamasında yardımları ile çalışmaya katkı sağlayan kıymetli sporcularım Mehmet Emir UĞURÖZ ve Muhammed Mustafa ÖZER'e teşekkürü borç bilirim.

Son olarak, teknik konularda bilgilerine başvurduğum sayın Prof. Dr. Ahmet UZUN, Makine Mühendisi Arif BÜYÜKCURA ve Teknisyen Muhammed Ahmet ÇEŞMECİ'ye, çalışmanın ortaya çıkmasında manevi destekleri ile bana ilham olan güzide Sporcularıma, arkadaşım Mehmet Tahsin DABAK'a, kardeşim Ahmet BASTEM, annem Arzu BASTEM ve babam Kenan BASTEM'e şükranlarımı sunarım.

Muhammet BASTEM

Mayıs 2024

İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ.....	ii
İÇİNDEKİLER.....	iii
TABLolar DİZİNİ	vi
ŞEKİLLER DİZİNİ	vii
TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU	viii
BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ	ix
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	x
ÖZET	xi
ABSTRACT	xii
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu	4
1.1.1. Alt Problemler	5
1.2. Araştırmanın Amacı	5
1.3. Araştırmanın Önemi	5
1.4. Varsayımlar	5
1.5. Sınırlılıklar.....	6
1.6. Tanımlar	6
2. ALAN YAZIN.....	7
2.1. Dikkat	7
2.1.1. Dikkatin sınıflandırılması.....	9
2.1.2. Dikkati etkileyen unsurlar	11
2.1.3. Sporda dikkat.....	13
2.1.4. Çocuklarda dikkat.....	15
2.1.5. Dikkat eksikliği	15
2.2. Okçuluk	19
2.2.1. Geleneksel Türk okçuluğu ve temel kavramlar.....	20
2.2.2. Türk okçuluğunun kurumsallaşma süreci ve yaşanan sportif gelişmeler.....	32
2.2.3. Geleneksel Türk okçuluğu yarışma türleri	43
2.2.4. Modern okçuluğun doğuşu ve gelişim süreci.....	55
2.2.5. Modern okçuluk yarışma türleri	60
2.2.6. Modern okçulukta kullanılan sporcu malzemeleri	63
2.3. Araştırma Konusu ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar	64
2.4. Araştırma Konusu ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar	74
3. YÖNTEM.....	79
3.1. Araştırmanın Modeli	79

3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu.....	80
3.3. Veri Toplama Araç ve Teknikleri	80
3.3.1. Kişisel bilgi formu.....	80
3.3.2. D2 dikkat testi	80
3.3.3. Temel okçuluk eğitimi ve antrenman programı	82
3.4. Verilerin Toplanması.....	85
3.5. Verilerin Analizi.....	85
4. BULGULAR	87
Tablo 4.1. Araştırma Grubuna Yönelik Demografik Bulgular	87
Tablo 4.2. Araştırma Grubuna Uygulanan Testlere Yönelik Normallik Bulguları – Geleneksel Okçuluk	88
Tablo 4.2.1. Araştırma Grubuna Uygulanan Testlere Yönelik Normallik Bulguları – Modern Okçuluk.....	88
Tablo 4.3. D2 Dikkat Testinin Cinsiyet Açısından Analizi – Geleneksel Okçuluk.....	89
Tablo 4.3.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk	89
Tablo 4.4. D2 Dikkat Testinin Cinsiyet Açısından Analizi – Modern Okçuluk.....	90
Tablo 4.4.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Modern Okçuluk.....	90
Tablo 4.5. Atış Puanlarının Cinsiyet Açısından Analizi – Geleneksel Okçuluk	91
Tablo 4.5.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk	91
Tablo 4.6. Atış Puanlarının Cinsiyet Açısından Analizi – Modern Okçuluk	92
Tablo 4.6.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Modern Okçuluk.....	92
Tablo 4.7. Ön Test ve Son Test Bulgularına İlişkin T-Testi – Geleneksel Okçuluk.....	92
Tablo 4.7.1. Ön Test ve Son Test Bulgularına İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk	92
Tablo 4.8. Ön Test-Son Test Bulgularına İlişkin T-Testi – Modern Okçuluk	93
Tablo 4.8.1. Ön Test-Son Test Bulgularına İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Modern Okçuluk	93
Tablo 4.9. Ön Test-Son Testlerin Karşılaştırılmasına İlişkin T-Testi – Geleneksel Okçuluk ve Modern Okçuluk	94
Tablo 4.9.1. Ön Test - Son Testlere İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk ve Modern Okçuluk	94
5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	96
5.1. Tartışma.....	96
5.2. Sonuç	100
5.3. Öneriler.....	102
KAYNAKLAR.....	103
EKLER.....	117
EK-1 Etik Kurul Kararı	117
EK-2 Araştırma Kurum İzin Yazısı.....	118
EK-3 Gönüllü Katılım Formu ve Veli İzin Dilekçesi	119
EK-4 Kişisel Bilgi Formu.....	120



TABLolar DİZİNİ

Tablo 2.1. TGTOF hava koşusu genel bilgiler	47
Tablo 2.2. TGTOF açık hava puta koşusu genel bilgiler.....	51
Tablo 2.3. TGTOF salon puta koşusu genel bilgiler	52
Tablo 3.1. Klasik okçuluk temel eğitimi ve antrenman programı	82
Tablo 3.2. Geleneksel Türk okçuluk temel eğitimi antrenman programı.....	84
Tablo 4.1. Araştırma Grubuna Yönelik Demografik Bulgular.....	87
Tablo 4.2. Araştırma Grubuna Uygulanan Testlere Yönelik Normallik Bulguları – Geleneksel Okçuluk	88
Tablo 4.2.1. Araştırma Grubuna Uygulanan Testlere Yönelik Normallik Bulguları – Modern Okçuluk	88
Tablo 4.3. D2 Dikkat Testinin Cinsiyet Açından Analizi – Geleneksel Okçuluk.....	89
Tablo 4.3.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk.....	89
Tablo 4.4. D2 Dikkat Testinin Cinsiyet Açından Analizi – Modern Okçuluk	90
Tablo 4.4.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Modern Okçuluk.....	90
Tablo 4.5. Atış Puanlarının Cinsiyet Açından Analizi – Geleneksel Okçuluk.....	91
Tablo 4.5.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk.....	91
Tablo 4.6. Atış Puanlarının Cinsiyet Açından Analizi – Modern Okçuluk.....	92
Tablo 4.6.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Modern Okçuluk.....	92
Tablo 4.7. Ön Test ve Son Test Bulgularına İlişkin T-Testi – Geleneksel Okçuluk.....	92
Tablo 4.7.1. Ön Test ve Son Test Bulgularına İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk	92
Tablo 4.8. Ön Test-Son Test Bulgularına İlişkin T-Testi – Modern Okçuluk	93
Tablo 4.8.1. Ön Test-Son Test Bulgularına İlişkin Tanımlayıcı Bulgular-Modern Okçuluk .	93
Tablo 4.9. Ön Test-Son Testlerin Karşılaştırılmasına İlişkin T-Testi – Geleneksel Okçuluk ve Modern Okçuluk	94
Tablo 4.9.1. Ön Test - Son Testlere İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk ve Modern Okçuluk	94

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 2.1. Menzil yayı üzerine sarılı tonç düğümlü giriş	28
Şekil 2.2. Ok atıcı yüzüğü ile başparmak çekiş tekniği	30
Şekil 2.3. Okluk ve yaylık.....	31
Şekil 2.4. İstanbul Okmeydanı ve okçular tekyesi.....	35
Şekil 2.5. Atıcılar Kanunnamesinde yer alan I. Abdulhamit'in tuğrası.....	37
Şekil 2.6. Hafız Kemal Gürses'in Davut Paşa Kışlası önündeki ok atma merasimi.....	38
Şekil 2.7. Okspor Kurumu'na ait idari çalışma odası	39
Şekil 2.8. Okspor Kurumu yetkilileri ile bazı sporcuları	40
Şekil 2.9. Yücel Cavkatar'ın Avrupa Gençlik Şampiyonasındaki ok atışı	41
Şekil 2.10. Geleneksel Türk okçuluğunun UNESCO İnsanlığın Somut Olmayan Kültürel Mirası Temsili Listesine kayıt belgesi	43
Şekil 2.11. Okspor Kurumu dönemine ait puta (sol tarafta)	50
Şekil 2.12. 18-19. yüzyıllara ait Askeri Müze'de yer alan puta (sağ tarafta)	50
Şekil 2.13. Kabak parkuru.....	54
Şekil 2.14. Archery Rules kitabında yer alan hedefin görünümü	56
Şekil 2.15. The Fair Toxophiles / İngiliz kadın okçular	57
Şekil 2.16. Funny Giveen okçusuna ait okçuluk kıyafeti	58
Şekil 2.17. Okspor kulübü temsilcilerinin beyaz kıyafetleri ile ok atışı (sol tarafta)	59
Şekil 2.18. TOF açık hava Türkiye şampiyonası (sağ tarafta).....	59
Şekil 3.1. Araştırmanın program akışı.....	79

TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

Klasik ve Geleneksel Türk Okçuluğu Temel Eğitiminin 9-15 Yaş Arasındaki Bireylerin Dikkat Seviyeleri Üzerine Etkisi başlıklı tez çalışmamın toplam **105** sayfalık kısmına ilişkin, 06/05/2024 tarihinde tez danışmanım tarafından **Turnitin** adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı **%16** olarak belirlenmiştir.

Uygulanan filtrelemeler:

1. Tez çalışması orijinallik raporu sayfası hariç
2. Bilimsel etik beyannamesi sayfası hariç
3. Önsöz hariç
4. İçindekiler hariç
5. Simgeler ve kısaltmalar hariç
6. Kaynaklar hariç
7. Alıntılar dahil
8. 7 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Necmettin Erbakan Üniversitesi Tez Çalışması Orijinallik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim ve tez çalışmamın, bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranının (%30) altında olduğunu ve intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

06/05/2024

Muhammet BASTEM

Doç. Dr. Duygu HARMANDAR DEMİREL

BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ

Bu tezin tamamının kendi çalışmam olduğunu, planlanmasından yazımına kadar tüm aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez hazırlama kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını ve bu kaynakların kaynaklar listesine eklendiğini beyan ederim.

06/05/2024

Muhammet BASTEM

SİMGELER VE KISALTMALAR

Simgeler

cm	: Santimetre
m	: Metre
sn	: Saniye
akt	: Aktaran

Kısaltmalar

DEB	: Dikkat Eksikliği Bozukluğu
DEHB	: Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu
DSM	: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
FİTA	: Uluslararası Okçuluk Federasyonu
OAE	: Okçuluk Araştırma Enstitüsü
TDK	: Türk Dil Kurumu
TGSDF	: Türkiye Geleneksel Spor Dalları Federasyonu
TGTOF	: Türkiye Geleneksel Türk Okçuluk Federasyonu
TİCİ	: Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı
TMOK	: Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi
TOF	: Türkiye Okçuluk Federasyonu
WA	: World Archery (Dünya Okçuluk Federasyonu)

ÖZET

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

KLASİK VE GELENEKSEL TÜRK OKÇULUĞU TEMEL EĞİTİMİNİN 9-15 YAŞ ARASINDAKİ BİREYLERİN DİKKAT SEVİYELERİ ÜZERİNE ETKİSİ

Muhammet BASTEM

Bu çalışmanın amacı, klasik ve geleneksel Türk okçuluk temel eğitiminin 9-15 yaş arasındaki bireylerin dikkat düzeyleri üzerine etkisinin incelenmesidir.

Araştırmaya Konya ilinde ikamet eden ve Meram Belediyesi Yaz Spor Okulu (2023 Yaz Dönemi) kapsamında okçuluğu tercih eden 9-15 yaş arasındaki bireyler dahil edilmiştir. Çalışmaya gönüllü olarak katılım sağlayan bireyler rastgele yöntemle belirlenip gruplara ayrılmıştır. Klasik okçuluk deney grubu (15) ve geleneksel okçuluk deney grubu (15) olmak üzere daha önce okçuluk eğitimi almamış toplam 30 kişi çalışmaya katılmıştır.

Okçuluk gruplarının dikkat düzeylerini ölçmek için Brickenkamp (1981) tarafından geliştirilen, Toker (1990) tarafından Türkçe'ye uyarlanan, Çağlar ve Koruç (2006) tarafından sporcularda güvenilirliği ve geçerliği yapılan "D2 Dikkat Testi" kullanılmıştır. Katılımcılar, D2 Dikkat Testi'nin ön testine alındıktan sonra 8 haftalık süreçte "Modern ve Geleneksel Okçuluk Temel Antrenman Programı" kapsamına dahil edilip ardından son test ölçümleri gerçekleştirilmiştir. Çalışma gruplarındaki katılımcıların mevcut niteliklerini belirlemek amacı ile toplam 7 madde (yaş, cinsiyet, okul kademesi, okul statüsü, sınıf düzeyi, okul yıl sonu başarı puanı ve baskın el tercihi) içeren "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizi için SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) programının 27. sürümü kullanılmıştır. Veri analizi süreci, öncelikle frekans analizi ile başlamış, ardından normallik analizleri gerçekleştirilmiş ve son olarak bağımsız ve bağımlı gruplar için t-testi analizleri uygulanmıştır.

Araştırma bulgularına göre hem geleneksel okçuluk hem de modern okçuluk gruplarında cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Grupların atış puanlamalarında da cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Geleneksel okçuluk grubunda psikomotor hız, konsantrasyon performansı ve genel test performansı açısından anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Modern okçuluk grubunda ise psikomotor hız, seçici dikkat düzeyi, konsantrasyon performansı ve genel test performansı açısından anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur. Geleneksel ve modern okçulukta alınan ön test ve son testlerin çapraz olarak karşılaştırılmasına yönelik uygulanan t-testi bulgularına göre, testlerin çapraz karşılaştırılmasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Sonuç olarak, hem Modern Okçuluk (Klasik Yay) hem de Geleneksel Türk Okçuluk temel eğitiminin 9-15 yaş arasındaki bireylerin dikkat gelişimine olumlu yönde destek sağladığı bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Okçuluk, Geleneksel Türk okçuluğu, Modern okçuluk, Klasik okçuluk, Dikkat.

ABSTRACT

Necmettin Erbakan University, Graduate School of Educational Sciences
Department of Physical Education and Sports
Physical Education and Sports Program
Master Thesis

THE EFFECT OF CLASSICAL AND TRADITIONAL TURKISH ARCHERY BASIC TRAINING ON THE ATTENTION LEVELS OF INDIVIDUALS BETWEEN THE AGE OF 9-15

Muhammet BASTEM

The aim of this study is to examine the effect of classical and traditional Turkish archery basic training on the attention levels of individuals between the ages of 9-15.

Individuals between the ages of 9 and 15 who reside in Konya and chose archery within the scope of Meram Municipality Summer Sports School (2023 Summer Term) were included in the research. Individuals who participated in the study voluntarily were randomly selected and divided into groups. A total of 30 people who had not received archery training before participated in the study, including the classical archery experimental group (15) and the traditional archery experimental group (15).

To measure the attention levels of archery groups, the "D2 Attention Test", developed by Brickenkamp (1981), adapted into Turkish by Toker (1990), and whose reliability and validity were established in athletes by Çağlar and Koruç (2006), was used. After the participants were taken to the pre-test of the D2 Attention Test, they were included in the "Modern and Traditional Archery Basic Training Program" for an 8-week period, and then post-test measurements were carried out. In order to determine the current qualifications of the participants in the study groups, a "Personal Information Form" containing a total of 7 items (age, gender, school level, school status, grade level, school year-end achievement score and dominant hand preference) was used. The 27th version of the SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) program was used to analyze the data obtained in the study. The data analysis process first started with frequency analysis, then normality analyzes were performed and finally t-test analyzes were applied for independent and dependent groups.

According to the research findings, no significant difference was found in terms of gender in both traditional archery and modern archery groups. No significant difference was found in the shooting scores of the groups in terms of gender. It was determined that there were significant differences in the traditional archery group in terms of psychomotor speed, concentration performance and general test performance. In the modern archery group, significant differences were found in terms of psychomotor speed, selective attention level, concentration performance and general test performance. According to the findings of the t-test applied for the cross-comparison of the pre-test and post-tests taken in traditional and modern archery, no significant difference was found in the cross-comparison of the tests. As a result, it has been found that both Modern Archery (Classical Bow) and Traditional Turkish Archery basic training provide positive support to the attention development of individuals between the ages of 9-15.

Keywords: Archery, Traditional Turkish archery, Modern archery, Classical archery, Attention.

BÖLÜM 1

1. GİRİŞ

İnsan, doğası gereği hareket üzerine yaşamını sürdürmektedir. Bir noktadan başka bir noktaya araç ve gereç kullanmadan gidebilmesi için hareket etmek durumundadır (Asan ve ark., 2021). İnsan beden hareketini sistematik olarak ele alıp inceleyen spor bilimi bu duruma farklı bir zemin hazırlamıştır. Belirli amaçlar doğrultusunda bilinçli ve kontrollü olarak kas ve kemikler aracılığıyla eyleme geçilmesi, teknik bir hareketin oluşmasına olanak sağlamaktadır. Beden eğitimi ve spor ile insanın ruhen, bedenlen ve fikren topyekûn gelişimi sağlanıp olası zorluklar karşısında dirayet göstermesi bir ilke olarak görülmüştür (Tarcan, 1932). Sporun farklı saha ve ortamlarda çeşitli ekipmanlar ile yapılması, beden hareketinin incelenmesine de değişik bakış açıları kazandırmıştır. Bu bakımdan takım-bireysel, el ya da ayak ile oynanan, açık veya kapalı sahalarda yapılan spor dallarına göre yarışmalar düzenlenmektedir (İnal, 2020).

Bireylerin keyifli vakit geçirmek, mücadele ederek yarışmak ve sağlıklı bir yaşama kavuşmak için belirli kurallar çerçevesinde bilinçli ve kontrollü olarak yaptıkları hareketlerin tümü “spor” olarak ifade edilmektedir (Salman, 2021). Spor, birçok farklı dönemde insanın belirli amaçlarına hizmet etme görevinde kullanılarak, çağlar aşır günümüze kadar yine insanla birlikte gelmiştir. Sporun kökenine bakıldığında bazı branşların ön plana çıktığı görülmektedir. Bu spor dallarından birisi olan okçuluk, insanlık ile eşdeğer yaşta olduğu kabul edilmektedir (Gazoz ve Şimşek, 2021). İlkel dönemlerde doğa ve diğer canlılar ile mücadele içerisinde olan insan hem kendini uzaktan müdafaa etmek hem de taarruza geçmek için birtakım araçlara gereksinim duymuştur. Bu ihtiyaç hissini yaşayan insan, elindeki imkanlar doğrultusunda bir taraftan çekilen yayı, diğer taraftan atılan oku meydana getirmiştir (Yücel, 2015).

Bireyler ve toplumlar tarafından asırlar boyunca kullanılan ok ve yay, yaşam mücadelesinde ön safta ilkel silah kimliğiyle tanınmaktadır. Ok ve yay iki ayrı teçhizat olmasına rağmen bir araya getirildiğinde yay yönlendirici ve namlu, giriş (yay ipi) bağlayıcı ve tetikleyici, ok ise delici etkisiyle taarruz rolünü oynamaktadır. Yayın veya okun eksik olması durumunda amaca yönelik yapılan atışın yetersiz olması söz konusudur (Durmuş, 2019). Ok ve yayın başlangıçtaki yapım ve kullanım amacı, insanların doğa ve diğer canlılar ile mücadelesinde hayatta kalma gayesiyle beraber yemek, giyinme ve barınma ihtiyacını karşılamak için avcılık hususunda kullanıldığı bilinmektedir (Özveri, 2006). Tarihsel süreç

içerisinde ok ve yay, toplumlar arasında meydana gelen anlaşmazlık ve çatışmalar sonucunda savaş sahasında kullanılmıştır. Kimi kavimler ok ve yay ile kendilerini muhafaza edip hayatta kalmayı başarırken, kimi kavimler ise okların hedefi olup tarih sayfısından silinmiştir (Özkafa, 2018).

Okçuluk yayın arka planda, okun ve hedefin ise ön planda olduğu ve bu unsurların varlığı ile birbirlerine bağlı olarak yapılan bir uğraştır. Bu uğraşta özellikle ok ve oku atan kişi ilgi odağı olduğundan dolayı “okçuluk” kavramı baskın olarak kullanılmaktadır (Yücel, 2015). Diğer taraftan okçuluk, atıcılık sınıfında yer alırken “ok atıcılığı, kemânkeşlik, tirendâzlık” gibi isimlerle de dönem içerisinde anılmıştır (Kahraman, 1995). İlkellik ve bireysellik özelliklerini içinde barındıran okçulukta, bir obje veya nesneyi nişan alma görev bilinci olduğundan içgüdüsel hislerin yoğun olduğu aktivitelerden birisi olarak görülmektedir (Küçük, 2018). Bu bakımdan ok ve yayın insanlık ile serüveni, iâşe ihtiyacını karşılamak ve hayatta kalmak için avcılık ile başlayıp ilerleyen süreçte savaş meydanlarında vazgeçilmez bir silah olarak yerini almıştır. Okçuluğun bir sonraki durağı ise Okmeydanı olarak bilinen spor ve idman sahaları olmuştur. Zaman içerisinde barış, dostluk ve kardeşlik duygusuyla rekabete dayalı yarışmalar düzenlenmiştir (Tükel ve ark., 2019).

Tarih sahnesinde okçulukta unvan almış milletlerin başında Türkler olduğu aşikârdır. Türklerin, diğer toplumlar tarafından “okçu millet” olarak anılması, dönemin üstün harp ve silah teknolojisinin ürünü olan ok ve yayın yapımını sağlayıp üst seviyede etkili kullandığının bir göstergesidir (Göksu, 2018). Kadim Türk toplumunun bakış açısında okçuluk, kültürel bir miras olarak görülüp kuşaktan kuşağa emanet olarak aktarılmıştır. Erkek veya kadın ayrımı yapılmadan küçük yaştan itibaren verilen okçuluk eğitimi, avcılık kabiliyetini geliştirme, savaş tatbikatı ve beden idmanı olarak görülmüştür (Atabeyoğlu, 1988).

Okçuluğun savaş meydanlarından spor sahalarına geçişi 15. yüzyılda ateşli silahların ortaya çıkmasıyla başladığı ifade edilmektedir. Savaş ve av okçuluğunun etkin olduğu bu dönemde sportif amaçlı açık hava sahasını “Okmeydanı” adıyla tesis eden ve uygulamaya ilk geçiren Osmanlı Devleti olduğu kabul edilmektedir (Şahintürk, 2019). Osmanlılarda okçuluk, hem Türk devlet geleneğinin varoluşunu sağlayan bir mihenk taşı, hem de peygamber sünneti olarak kutlu bir uğraş görülüp fen ile sanat bakış açısıyla icra edilmiştir (Tunç, 2000). Özellikle Osmanlı hükümdarlarından Orhan Gazi, Yıldırım Bayezid, Fatih Sultan Mehmed, II. Bayezid Okmeydanı tesis ederek, II. Murad, Yavuz Sultan Selim, Kanuni Sultan Süleyman ve IV. Mehmed av merasimi ve şölenler düzenleyip ok atışları yaparak hünerlerini sergilemiştir.

Ayrıca IV. Murad, III. Selim ve II. Mahmud kabza alan Padişahlar olmakla birlikte Okmeydanı'nda üst düzey mesafelere ok atışı yaparak kendi adlarına alamet (menzil) taşları diktirmişlerdir (Acar, 2013).

Teçhizata dayalı yapılan okçuluk sporunda malzemelerin üretiminde teknolojik gelişmeler önemli rol oynamıştır. Son yüzyılda modern teknikler ile inovasyona dayalı mal ve hizmet üretiminin yapılması, spor sahalarında kullanılan malzemelerin kaliteli, güvenilir ve genel geçerliliğe sahip standartları belirlenmeye başlanmıştır (Atabeyoğlu, 1988). 1960'lı yıllarda okçuluk sporunda batılı bilim insanlarının ar-ge çalışmaları neticesinde Türk yayı formuna sahip, metal ve karbonfiber alaşımli, nişangâh düzeneği olan, İngiliz veya Akdeniz çekiş stiline (üç parmak: işaret, orta ve yüzük parmak) göre tasarlanmış yayların üretimine geçilmiştir (Karakoç, 2023). Yeni bir malzeme teknolojisi olan bu yaylar ve karbonfiber-alüminyum yapısına sahip oklar ile yapılan klasik okçuluk, dünya çapında düzenlenen Olimpiyat Oyunları'nda "Olimpik Okçuluk" adıyla da anılmaktadır (Aktepe, 2012).

Geniş bir hedef kitlesine sahip olan okçuluk sporunda çocukların 7 ila 9 yaşları arasında bu spora başlanması ideal yaş aralığı olarak görülmektedir (Aslan, 2020). Okçuluk, ferdi ve el ile yapılan spor dalları içerisinde yer alırken aynı zamanda zihinsel özelliklerin de ön planda olduğu bir branştır. Özellikle el-göz koordinasyonu, dikkat, imgeleme, odaklanma gibi bilişsel becerileri içinde barındırmaktadır. Okçuluk spor dalında bireyin fiziksel olarak kol, parmak, omuz, sırt ve göz kaslarıyla birlikte psikolojik ve mental açıdan da hazır ve dayanıklı olması gerekmektedir (Türker, 2022). Okçuluk, performansı direkt etkileyen hem iç hem de dış dikkat dağıtıcıları içeren, temposunu kendi kendine ayarlayan kapalı bir spor dalıdır (Kim ve ark., 2019). Bir okçunun sportif başarısının göstergelerinden biri, aşırı koşullarda zihinsel hazırlık durumunu sürdürme ve optimum düzeyde zihinsel stresi sürdürme yeteneği olarak anlaşılan psiko-duygusal istikrardır (Korobeynikova ve ark., 2017). Nitekim okçulukta sporcunun belirli süre içerisinde birden fazla atış yapması söz konusu olduğundan, fiziksel efor harcaması kadar bilişsel açıdan da yoğun bir süreç geçirmektedir. Birbiri ardınca yapılan atışlarda istenilen puanın alınması için atıcının tek ilgi odağı hedefi olmaktadır. Bu noktada bilişsel becerilerden dikkat ön plana çıkmaktadır (Koçak, 2022). Atıcının bedensel, ruhsal ve mental anlamda hazır bulunuşluğu ile ok atış sürecinde dikkatin bütünleşmesi atış puanını ortaya çıkarmaktadır. Bu bağlamda dikkat, sporcuların ok atış döngüsü içerisinde hedef istikameti üzerinde yoğunlaşmasını sağlarken diğer taraftan dış etkenlere karşı da koruyucu mekanizma görevi sayesinde istenilen puanı elde etme noktasında etkin rol oynamaktadır (Tekin, 2018).

Spor bilimi alanında dikkat üzerine çalışma yapan araştırmacılar, dikkatin sporcuların performans ve başarısı ile pozitif yönde ilişkisi olduğunu bu bakımdan önemli ölçüde katkı sağladığını belirtmektedir. Dikkatin sporcular üzerinde etkisini ortaya çıkarmak için son yüzyılda dikkat kavramı farklı açılardan ele alınıp incelenmiştir (Çağlar ve Kuruç, 2006). Dikkatin sportif başarıya etkisi beden eğitimi ve spor alanında çalışan eğitimci, antrenör ve sporcular açısından da önemli bir ölçüt olarak kabul edilmektedir (Yönel, 2019). Öğrenilen bilgilerin harekete dönüştürülmesi için el, ayak ve göz koordinasyonu ile süratle sergilenmesinde dikkat ve karar verme stratejileri önemli beceriler olarak görülmektedir. (Efek, 2021).

Çocukluk döneminin bazı evrelerinde dikkat gelişimi okçuluğa başlangıç yaşını kapsayan 6-7 yaş, bazı evrelerinde ise dikkat seviyelerinde artışın 8-9 yaşlarda olduğu belirtilmiştir. Kuramlara göre, dikkat davranışında meydana gelen gelişimin 6-12 yaş arası çocukluk dönemine denk geldiği ifade edilmektedir. Çocuklarda sportif egzersiz ve hareket esnasında dikkat etme, konsantrasyon ve odaklanma ile performansın ivmelendiği vurgulanmıştır (Pişkin, 2018). Konuyla bağlantılı literatür taraması yapıldığında, uygulanan antrenmanlar, fiziksel ve zihinsel egzersizler aracılığıyla dikkatin gelişimi üzerine yapılmış çalışmalara rastlanılmıştır. Bu çalışmada, okçuluğun zihinsel becerilerden olan dikkat ile ilişkisi üzerine odaklanılmıştır. Bu bağlamda klasik ve geleneksel okçuluk temel eğitiminin 9-15 yaş arasındaki bireylerin dikkat düzeyleri üzerine etkisi incelenmiştir. Ayrıca okçuluk eğitimi alan bireylerin başlangıç ve eğitim sonrası dikkat seviyeleri ile atış performansları arasında bağlantı kurularak belirli sonuçlar elde edilmesi hedeflenmiştir.

1.1. Problem Durumu

Günümüzde okçuluk sporunun hedef kitesinin başında çocukluk ve ergenlik çağındaki bireyler gelmektedir. Diğer bir konu ise, okçulukta zihinsel becerilerden dikkatin diğer özelliklere göre daha ön planda olduğu varsayılmaktadır. Hızlı yaşam koşulları içerisinde büyüyen çocuklarda dikkat eksikliği ile aşırı hareketlilik sık karşılaşılan bir durumdur. Nitekim bu durumda olan bireylerin iyileşmesine okçuluğun katkı sağladığı düşüncesine sahip doktor ve psikologların önerileri doğrultusunda, aileler tarafından okçuluk sporu yoğunlukla tercih edilmektedir. Okçuluk eğitiminde demir-metal uçlu gerçek oklar ile yay ve materyalleri kullanıldığı için atış zamanında yaşanabilecek dalgınlık veya dikkat dağınıklığı ciddi bir yaralanma ya da can kaybına yol açabilmektedir. Bu nedenle okçuluk sporunu tercih eden 9-15 yaş grubundaki bireylerin dikkat seviyeleri kayda değer görülmektedir. Ayrıca okçuluk

eğitiminin bu yaş aralığındaki çocukların dikkatleri üzerinde etkisinin ne düzeyde olduğu sorusu çalışmanın esas konusudur. Bu bakımdan aşağıdaki alt problemlere yanıtlar aranmıştır.

1.1.1. Alt Problemler

Cinsiyet ile geleneksel okçuluk atış puanlaması arasında farklılık var mıdır?

Cinsiyet ile modern okçuluk atış puanlaması arasında farklılık var mıdır?

Geleneksel okçuluk ön test-son test puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Modern okçuluk ön test-son test puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Geleneksel okçuluk ile modern okçuluk ön test-son test puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

1.2. Araştırmanın Amacı

Çalışmanın konusu, klasik ve geleneksel Türk okçuluğu temel eğitiminin 9-15 yaş arasındaki bireylerin dikkat seviyeleri üzerine etkisinin incelenmesidir. Bu minvalde katılımcılara uygulanan sekiz haftalık temel okçuluk eğitimi ve demografik bilgileri ile testlerden elde edilen verilerin analizi yapılarak belirtilen yaş aralığındaki bireylerin dikkat düzeyleri üzerinde etkisinin ortaya konulması amaçlanmıştır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Çalışmada, klasik ve geleneksel okçuluk eğitiminin çocuk ile erken ve orta ergenlik dönemindeki bireylerin dikkat seviyeleri üzerindeki etkisi üzerine yoğunlaşmıştır. Bu bakımdan okçuluk türlerinden geleneksel okçulukta içgüdüsel atış ile klasik okçulukta kesiştirme (nişan alma) ile yapılan atışların katılımcıların dikkatleri üzerindeki etkisinin incelenmesi açısından çalışmanın özgün ve kayda değer olduğu söylenebilir. Katılımcıların her iki okçuluk türündeki yarışma puan sonuçlarının dikkat seviyeleri ile ilişkili olup olmadığını saptamak açısından da çalışmanın önemli olduğu düşünülmektedir.

1.4. Varsayımlar

Araştırmada kabul edilen varsayımlar aşağıda belirtilmiştir.

Araştırmada kullanılan D2 Dikkat Testi, katılımcıların dikkat becerisini ölçmede geçerli ve güvenilir bir araç olduğu kabul edilmektedir.

Seçilen örneklem gruplarının ön ve son test aşamasında içtenlikle ve bilinçli olarak testi uyguladıkları varsayılmaktadır.

Ön test ve son test uygulama sürecinde bulunan katılımcılar iç ve dış etkenler açısından eşit düzeyde etkilendikleri varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırma,

Meram Belediyesi Yaz Spor Okulu döneminde okçuluk branşını tercih eden iki deney 15+15 (n=30) çalışma grubu ile,

Okçuluk eğitiminde kullanılan temel ve başlangıç düzeydeki ekipmanlar ile,

Okçuluk eğitiminin hafta içi 2 gün, 1,5 saat ve 8 haftalık bir süreç ile,

Okçuluk eğitim türü olarak geleneksel ve klasik (olimpik) yaylar ile,

Antrenman sahası olarak yedi kulvarlı kapalı okçuluk sahası ile,

Veri toplama aracı olarak kullanılan D2 Dikkat Testi ile sınırlandırılmıştır.

1.6. Tanımlar

Dikkat: Bireyin duyu organları ile elde ettiği ve bulunduğu çevre içerisinde yaşanan olaylarda uyarıcıya veya uyarıcılara yönelik bilişsel yönelim sağlamasıdır (Yaycı, 2013).

Okçuluk: Belirli bir mesafeden atıcı tarafından karşı konumda yer alan hedefi vurma amacına dayalı olarak yay aracılığıyla ok atışlarının yapıldığı spor dalıdır (Yönel ve Türkmen, 2017).

Geleneksel Türk Okçuluğu: Türkiye’de gerçekleştirilen geleneksel okçuluk sporu etrafında şekillenen, yüzyıllar içinde belirlenmiş ilkeleri, kuralları, ritüelleri ve toplumsal uygulamaları, geleneksel zanaatkarlıkla üretilen ekipmanları, okçuluk disiplinleri ve atış tekniklerini içinde barındıran somut olmayan kültürel bir mirastır (Kültür ve Turizm Bakanlığı, 2023).

Klasik Okçuluk: Dış bükey kanatlı Türk yayları formunda ahşap, cam elyaf ve karbon köpük birleşimi malzemelerden üretilen yaylar ile üç parmak çekiş stiline dayalı olarak ok atışları yapılan diğer adıyla olimpik okçuluk spor dalıdır (Aktepe, 2012).

Ok: Yay vasıtasıyla hedefe atılan uzun ve ince görünümlü ağaç, alüminyum ve karbon gibi malzemelerden yapılan uç kısmı sivri olan düz çubuklardır (Küçük, 2018).

Yay: Oku hedefe atmak için kullanılan ağaç, karbonfiber ve çelik gibi malzemelerden yapılan, iki uç noktasına ip geçirilen esnek ve dayanıklı yapıya sahip temel okçuluk teçhizatıdır (Gazoz ve Şimşek, 2021).

Gez: Ok, ok boyu ve okun yay ipine takıldığı çentik bölümü gibi anlamlara gelmektedir. Diğer taraftan Osmanlı Dönemi’nde okçulukta atış mesafesini belirlemek için kullanılan bir ölçü birimidir. Literatürde bir gezin; 66 cm olduğu sıklıkla görülürken yapılan bir saha çalışmasında bir gezin; 60,74 cm olduğu tespit edilmiştir (Acar, 2013).

Kavsnâme: Osmanlı Dönemi’nde okçuluk ile ilgili yazılan eserlere verilen genel isimdir (Uçar, 2013).

BÖLÜM 2

2. ALAN YAZIN

2.1. Dikkat

Bireyin duyuşal sistemler aracılığı ile beyne aktarılan bilgilerin sadece küçük bir bölümünün farkında olduğu söylenmektedir. Olay anında hangi bilgi malzemesinin bilince gireceğini hangisinin girmeyeceğini yöneten sürecin başında dikkatin etkili olduğu ifade edilmektedir (Salihi, 2022). Dikkatin, insanın duyguları ile fikirlerini bir şey üzerinde toplama, uyanıklık olduğu belirtilmiştir (TDK, 2023a). Diğer taraftan Arapça kökenli olan dikkat kelimesi için “*incelik, inceden inceye düşünme veya bakma, kemal-i ihtimamla mülâhaza veya nazar etme*” tanımlaması yapılmıştır (Yavuzarslan, 2019). Dikkat kavramı, tarihsel süreçteki metinler arasında edebiyat sahasında yaklaşık 500 yıl önce Fuzûlî tarafından kaleme alınan Divân eserindeki kasidelerde yer almıştır. Bahsi geçen eserin kasidelerinde dikkat kelimesinin yer aldığı ifadeler aşağıda verilmiştir (Ertuğrul, 2008).

1227 “*Dikkat-i efkârı ol gâyette kim fikr eylese Hikmet-i eşyâda tutmaz dâmen-i ilmin gümân*”

1526 “*Zâtı gevher sadef-i hikmete likin yektâ Tâb'ı kevkeb felek-i dikkate ammâ seyyâr*”

1583 “*Ol zeki-tab' ki divân-i hilâfet hükmün Rub'-i meskûna anun dikkati icrâ eyler*”

Dikkat sözcüğü, yabancı dildeki karşılığı olarak literatürde “attention” kelimesi ile ifade edilmektedir. 19. yüzyılda hazırlanan “Hazine-i Lugat ou Dictionnaire Turc-Français” isimli Türkçe – Fransızca çeviri sözlüğünde de “attentive” dikkatli, “attention” ise dikkat olarak tanımlanmıştır (Hindioğlu, 1838). Amerikalı Psikolog William James, Psikolojinin İlkeleri adlı çalışmasında dikkati, aynı anda görünen birçok olası objeden veya fikir zincirinden birinin zihin tarafından açık ve net olarak elde edilmesi olarak ifade etmiştir. James’e göre; odaklanma, konsantrasyon ve bilinç dikkatin ham maddesidir. (Encyclopaedia Britannica, 2022).

Alanyazında dikkat kavramı ile ilgili çok sayıda tanımlar yapılmıştır. Dikkat ile ilgili yapılmış bazı tanımlamalara aşağıda yer verilmiştir.

“*Dikkat; zihnin bir noktada toplanışı, şuurun kuvvetle uyanışı, açıklık ve parlaklık kazanışıdır*” (Yönel, 2019).

“Dikkat; akıl etkinliklerinin belli bir fikir veya obje üzerinde belli bir süre toplanabilmesine denir” (Yönel, 2019).

“Dikkat; duyu organlarımızı bir kişiye, olaya, bilgiye ya da davranışa yönlendirme derecesidir” (Korkusuz, 2019).

“Dikkat; bir objeye (olay, durum, fikir vb.) yönlendirilmiş bilinç durumudur” (Korkusuz, 2019).

“Dikkat; düşüncenin belli bir süre bir noktaya (olaya, nesneye, duruma) yönlendirilmesi ve o anda mevcut diğer uyarıcılara mümkün olduğunca yönelmeme becerisidir” (Camman & Spiel, 1991; Akt. Korkusuz, 2019).

“Dikkat; çevredeki birçok uyarandan sadece o sıradaki ihtiyaçlar ve amaçlar doğrultusundakilerle ilgilenmeyi sağlayan, sinir sisteminin bir işlevidir” (Banich, 1997; Akt. Korkusuz, 2019).

“Dikkat; çevresinde birçok uyarının bulunduğu organizma, bu uyarıların belirli bir süzgeç içerisinde geçirilerek, o anki ihtiyaçları doğrultusunda belirli bir uyarıyı seçmektedir” (Kolb & Winshaw, 1996; Parasuraman, 2000; Akt. Uluç, 2022).

“Dikkat; problem çözmede etkili bir yol olup motivasyon, irade, algı ve biliş önkoşuldur” (Kula, 2018).

“Dikkat; çevrede algılanan uyarıcıyı seçme ve düzenleme yeteneğidir” (Kula, 2018).

Psikoloji biliminde dikkat, kişinin duyu organları ile elde ettiği ve bulunduğu çevre içerisinde yaşanan olaylarda uyarıcıya veya uyarıcılara yönelik zihinsel yönelim sağlaması olarak ifade edilmektedir (Yaycı, 2013). Diğer bir ifadeyle, bireyin çevresinde var olan birçok uyarıcıya rağmen algıları bir zaman diliminde yalnız bir olaya yoğunlaştırması ve diğer uyarılara karşı kapalı olma durumu dikkat olarak tanımlanmaktadır (Avanoğlu ve ark., 2020). Bireyin bilgi işlem sisteminin temel unsurlarından birinin dikkat olması ve bireyin bulunduğu ortamda tüm verileri zihinsel anlamda işleyememesi sebebiyle bilgi akışı sağlamak için dikkat bu noktada önemlilik kazanmıştır (Çağlar ve ark., 2011). Zihinsel özelliklerden olduğu bilinen dikkat, başta psikoloji bilim dalı olmak üzere diğer bilim dallarının da ilgisini çekerek üzerinde çalışmalar ve tanımlamalar yapılan bir alandır. Özellikle yarım asırdan beri deneysel psikolojiye konu olan dikkat üzerinde araştırmaların yoğunlaştığı görülmektedir. Genel olarak dikkat

kavramı ayırıcıcı (selektif) algılama üzerinden ifade edilmiştir. Klinik psikolojide ise dikkat kavramı, bazı rahatsızlıkların yan belirtisi olarak gösterilirken diğere taraftan okul ile iş performansını etkileyen bir faktör olarak daha geniş bir anlam üzerinde durulmuştur. Deneysel psikolojide olduğu gibi, klinik psikolojide de dikkat olgusunun genel ve herkes tarafından kabul edilen bir tanımlanması olmadığı belirtilmiştir. (Toker, 1990).

2.1.1. Dikkatin sınıflandırılması

Dikkat, temelde aktif ve pasif dikkat olmak üzere ikiye ayrılarak tanımlanmıştır. Aktif dikkat, bireyin istemli olarak belirli hedefe zihinsel ve fiziksel bir yönelim sağlamasına bağlıyken pasif dikkat ise doğal veya rutin durumlarda ortaya çıkan bir uyarana karşı ek bir gayret göstermeden sıradan bir yoğunlaşma olarak ifade edilmektedir (Arslan, 2022). Düşüncenin zaman dilimlerini kontrol edebilme ve bir işe yoğunlaşabilme becerisini sergilemek için dikkatin temel bir unsur olduğu belirtilmiştir. Dikkatin yapısı, süresi ve işleyişinde farklılıklar görülürken hedefe yönelimde benzerlikler olduğu söz konusudur. Bu bakımdan dikkat mefhumu üzerinde detaylı inceleme yapıp sınıflandırılmıştır (Korkusuz, 2019).

Seçici Dikkat: Psikomotor yetenekleri efektif bir şekilde kullanmak için ilgili olan uyarıya yoğunlaşılırken diğere ilgili olmayan uyarı etmenler arka planda tutulması olarak ifade edilmektedir. Bireyin dışarıdan gelen birçok uyarana karşı maruz kalması dikkatin dağılmasına yol açarken, ilgili uyarı hedef olarak işitsel ve görsel yönelim sağlaması elzemdir. Bu bakımdan hedef uyarı seçilerek bir nevi nişan alınarak ilgi odağı haline gelmektedir (Çağlar ve Koruç, 2006). Diğere bir ifadeyle seçici dikkat, problemlili olan durum veya olayı göz ardı ederek bir ya da iki uyarıcıya dikkatini yönlendirebilme kapasitesidir (Mallı, 2022). Seçici dikkatin hedef uyarana yöneliminde çalışan belleğin etkili olduğu ifade edilmektedir. Dikkati komuta altında alma noktasında kişisel farklılıklar mevcuttur ve çalışan belleğin sınırlarında artışın yaşanmasıyla dikkatin kontrol edilebilme becerisini de arttırabilmektedir (Atakurt, 2018). Bu dikkat sürecinde hedef olarak seçilen ve belirli bir konumda bir obje yer almaktadır. Bu aşamada ise algıda seçicilik ve algısal kurallar iş başındadır (Asan, 2011).

Sürekli (Sürdürülebilir) Dikkat: Bireyin belirli bir süre içerisinde dikkatinin bir uyarı üzerine odaklanması ve sürdürülebilmesi, yapılan bir etkinlik esnasında gerekli dikkat becerisinin göreve yöneltilmesi olarak tanımlanmaktadır (Korkusuz, 2019). Bir başka deyişle, yaşanan bir durum veya olay karşısında bireyin bazı uyarılara karşı sürdürülebilir bir yönelim ve yoğunlaşma sağlaması sürekli dikkat olarak izah edilmektedir. Bu dikkat türünde faaliyet

içerisinde gerçekleşen bir olay veya duruma baştan sona kadar önem verilir. Dikkatin bazı etmenler üzerinde zamana karşı devamlılığının sağlanması söz konusudur (Koçak, 2022). Sürekli dikkat türünün öğrenmeye de olumlu yönde etkisi olduğu belirtilmiştir. Yaşam içerisinde karşılaşılan bir olay karşısında odak noktalara yoğunlaşılması, bu yoğunlaşmanın bölünmeden bütünlüğünün korunması ve sürdürülebilir olmasına dayalı bir dikkat türü olduğu çıkarımı yapılmıştır (Salihi, 2022).

Bölünmüş Dikkat: Bireyin bulunduğu çevrede birden fazla noktaya dikkatini paylaşması veya farklı bir iş ile görev karşısında birden fazla odak noktada yer alan uyarana karşı dikkatinin bölümlere ayrılarak sağlanması olarak tarif edilmektedir. Organizmanın karşısında yer alan birden fazla uyarana karşı odaklanabilme veya yoğunlaşabilme yeteneği, bölünmüş dikkat çerçevesi içerisinde yer aldığını göstermektedir (Kula, 2018). Bireyin en az iki hedef uyarana istemli ve bilinçli olarak dikkatini zamanında yönlendirebilmesi gerekmektedir. Ayrıca bu dikkat türü açık beceriler ile bağlantılı olduğu ifade edilmektedir (Tunç, 2013). Bir başka ifadeyle yapılan aktivite sırasında dikkatin bir uyarandan başka bir uyarana yönlendirilmesi esnasında da bölünmüş dikkat etkin rol oynamaktadır. Bir taraftan araba kullanmak diğer taraftan müzik dinlemek bu dikkat türüne örnek olarak verilebilir (Mallı, 2022).

Odaklanılmış Dikkat: Bireyin işitsel, görsel ve dokunsal olarak belirli duyu organlarına hitap eden uyarana karşı cevap verebilme kabiliyeti olarak ifade edilmektedir. Hedef uyarana bir nokta üzerinde görsel algının bilgiyi tanımlama ve seçme sürecinde etki boyutu sınırlı olsa da zihinsel sistem üzerinde kolaylaştırıcı bir rol oynamaktadır (Uluç, 2022). Diğer taraftan bir işe veya çevrenin belirli bir noktasına odaklanabilme ve yanıltıcı uyarıları geri çevirme yeteneği olarak da bilinmektedir. Odaklanılmış dikkatin bireyin kapalı becerilerine bağlı olduğu vurgulanmasıyla birlikte bu dikkat türü değişen bir spot ışığına benzetilmiştir. Bu benzetim ile odaklanılmış dikkatte, spot ışığının dışında yer alan bilginin kullanımına olanak sağlanılmazken hedef uyarana veya göreve yoğunlaşıldığı ifade edilmektedir (Çoban, 2017).

Değişken Dikkat: Bir konu ya da iş üzerinde çalışma yapılırken, bir diğer hedef üzerine dikkatin yöneltmesi ve yoğunlaşılmasıdır. Birden fazla hedef noktanın belirmesi durumunda dikkat odağının aniden farklı bir konuma çevrilmesi olarak da ifade edilmektedir (Efek, 2021). Dikkat yönünün değişmesi ile bir başka hedef uyarana yönelme durumu olarak da tanımlanmıştır (Atakurt, 2018).

Dağınık Dikkat: Bilişsel ve göz odağının uyumsuzluğu sonucu bir hedef uyarana tam anlamıyla yoğunlaşılama durumudur. Bir başka deyişle dağınık dikkat, bir konu veya olay durumunda zihinsel olarak adapte olunmayıp, ilginin başka uyarılara yönelmesi ile ortaya

çıkma halidir (Mallı, 2022). Diğer taraftan dikkatin belirli bir süreçte ilgili konum, obje veya olay üzerine yoğunlaşma sağlanamaması durumu olarak da nitelendirilmektedir. Dağınık dikkatin temelinde bireyin olay anında başka sorunlar ile zihnini meşgul ettiği ve dalgınlık yaşadığı belirtilmiştir (Sağlam Acar, 2022). Fizyolojik yorgunluk, aşırı dalgınlık ve hayale kapılma, fiziksel problemler, çevredeki olumsuz uyarıcılar, mental yorgunluk, aşırı ses veya gürültü, düzenli olmayan aile yaşamı, stres ve duygusal problemlerin yaşanması, negatif düşünceler, toplum baskısı, hedefsiz iş ve çalışma hayatı gibi unsurların dikkat dağınıklığına yol açan etmenler olduğu belirtilmiştir (Yönel, 2019).

2.1.2. Dikkati etkileyen unsurlar

Dikkat düzeyinin bazı süreçlerde ve dönemlerde birçok uyaran ile karşılaşması neticesinde değişikliğe uğradığı bilinmektedir. Bireyin demografik özellikleri ve bilhassa yaşı dikkati etkileyen bir unsur olarak görülmektedir. Bazı yaş dönemlerinde bireyin dikkat seviye ve sürelerinde değişiklikler olduğu yapılan çalışmalarda ortaya konulmuştur. Çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık dönemlerinde dikkat düzeylerinin farklılık göstermesinde yaşın önemli bir rol oynadığı araştırmalarda bulunmuştur (Arslan, 2022). Yaş etmeninin dışında birçok faktör de dikkat ile etkileşimindedir. Yaşanan olaylar ve durumlar karşısında birey, pozitif ya da negatif yönde etkilenmektedir. (Özcan, 2018). Bu bağlamda aşırı heyecan, üst düzey kaygı ve stres durumu, hedef belirleyememe, başarılı olamama endişesi, öğrenmekte güçlük çekme, okul eğitimine erken ya da geç yaşta başlama ve hormonal problemler vb. gibi etmenler bireyin dikkati üzerinde olumlu veya olumsuz yönde etki sağladığı belirtilmiştir (Efek, 2021).

Dikkat süresinin yüksek veya düşük düzeye sahip bir komuta merkezinden yönetilip yönetilmediğine bağlı olarak dikkate etki eden unsurlar endojen (içsel) ve egzogen (dışsal) olarak ifade edilmiştir (Çakaloğlu, 2022). Dikkati etkileyen ve bu etkileşimi sağlayan unsurları Kula (2018), birey ve uyaran kaynaklı olduğunu belirtirken aşağıda bu özellikler ikiye ayrılarak konu ele alınmıştır.

2.1.2.1. Dikkati etkileyen kişisel özellikler (Kula, 2018)

Bireyin beklentileri: Kişisel önem arz eden uyarıcılar hızlı bir şekilde dikkat çekmektedir. Öğretmen dersin amaçlarından ve konunun mühim kısımlarından alıntı yaparken öğrenciler üzerinde bir beklenti oluşturur. Öğretmenin beklenti düzeyinin çocuğun gelişim düzeyi ile uyumlu olması gerektiği de ifade edilmektedir.

Bireyin geçmiş yaşantısı: Kişinin geçmiş zamanda özelliklerini bildiği ve tanıdık olduğu uyarıcıları daha hızlı fark ettiği durumdur. Kalabalık insanların olduğu bir konumda tanınan yüzlerin birden fark edilmesi bu duruma örnek verilebilir.

Bireyin İlgisi: Kişinin ilgi duyduğu alandaki konular, normalden daha fazla dikkat celbetmektedir. Bireyin yaşamının belirli çağlarında karşılaştığı durumlara bağlı olarak ve çalışma hayatına göre dikkatini ilgi sahasına yöneltmektedir. Bir İnşaat Mühendisi'nin binalara, çocuğun oyun ve oyuncaklara, pazarcının meyve ve sebzelere, iyi bir okuyucunun da kitaplara olan ilgisi dikkati etkileyen bir unsurdur.

Bireyin İhtiyaçları: Birey yaşamı içerisinde bulunduğu duygu anı ve motivasyon durumuna göre harekete geçmektedir. Kişinin ihtiyaç hissine bağlı olarak dikkat, gereksinime doğru yöneltilir. Karnı aç olan birinin yemek kokularına, su ihtiyacı olan kişinin suyu hemen fark etmesi bu konuya örnek verilebilir. Diğer taraftan öğretmenin öğrencilere sınıfta bahsedeceği konuya niçin ihtiyaçları olduğunu, ne gibi kazanımlar elde edeceklerini açıklaması durumunda öğrencilerin ilgili konu üzerine dikkatlerini yöneltmesi muhtemeldir.

2.1.2.2. Çevredeki uyarıcılar ile ilgili özellikler (Kula, 2018)

Büyüklik: Bireyi uyaran uyarıcı ne denli büyükse o kadar dikkat çekmektedir. Gazete yazılarında büyük puntolu bölümlerin okuyucunun dikkatini çekmesi örnek verilebilir.

Şiddet: Uyarıcının yüksek dozda olması durumunda hızlı algı yolu devreye girmektedir. Bu durumda yüksek ses, ani gürültü, yoğun kokular daha fazla dikkat çekici özelliğe sahiptir.

Renk: Canlı renkler çabuk fark edilip dikkati üzerine çekmektedir. Bundan dolayı birçok reklam çekimlerinde belirgin ve göz alıcı renkler tercih edilmektedir. Sınıf içerisinde kullanılan kombine renkler öğrenciler için kalıcı öğrenmeye destek olduğu düşünülmektedir. Küçük sınıflarda araç-gereçler ile duvarlarda pembe ve tonlarının, büyük sınıflarda ise mavi ve tonlarının kullanılması tavsiye edilmektedir.

Parlaklık: Parlak ışık ve renkler bireyin daha hızlı dikkatini üzerine çekmektedir.

Zıtlık: Alışılmış ve birbirine benzer özellikler işitsel eşgüdüm sağlamaktadır. Zıtlık içeren yapılar çabuk fark edilip dikkati üzerine çekmektedir. Bu bakımdan şekil-zemin ilişkisi bu konuya örnek verilebilir.

Değişkenlik: Uyarının şiddet veya hızında meydana gelen değişiklikler de dikkat çekici özelliğe sahiptir. Öğretmenin bir konu hakkımda bahsederken birden durması, sesini aniden yükseltmesi, ayakkabısının topuğuyla yere vurması örnek verilebilir.

Tekrar: Uyarıcının ardı ardına çevreye etkisinin yansıtılmasıyla fark edilme olasılığının artması, dikkati üzerine çekmektedir.

Hareket: Hareket halinde olan uyarıcılar değişkenlik gösterdikleri için dikkati oldukça üzerine toplamaktadır. Reklamlardaki nesne görsellerin daima değişmesinden kaynaklı çocuklar ekranda gördükleri reklamlardan gözünü ayırmaması bu duruma örnek verilebilir.

Yenilik: Geçmiş zamanda karşılaşılmamış farklı uyarıcılar daha çabuk fark edilip dikkat çekmektedir. Uçak taşıyan bir tırın seyir halinde görülmesi pek alışılmamış bir görüntü olduğundan dikkatleri üzerine toplaması dikkati etkileyen bu etmene örnek verilebilir.

Arslan (2022) ise dikkati etkileyen unsurları bir başka açıdan ele alıp şu şekilde sınıflandırmıştır:

Zihinsel faktörler: Bireyin zekâ seviyesi, algılama durumu, ilgi, motivasyon, hafıza işlevleri

Hazırbulunurluk: Bireyin bilişsel yetenekleri, duyuşsal özellikleri

İç ve dış fiziksel uyarılar: Yorgunluk, uyku hali, yemek alışkanlığı, çevresel unsurlar, (ses, ısı, ışık, renk, vb.)

Kişisel özellikler: Bireyin beklentileri, geçmiş yaşamı, fiziksel ihtiyaç hissi (beslenme, uyku, spor vb.)

2.1.3. Sporda dikkat

Düşünce zaman dilimlerini kumanda edebilme ve bir harekete yoğunlaşabilme becerisinin sporda üst düzey mücadele sergilemek için temel bir unsur olduğu bilinmektedir. Dikkat, sporda efektif bir performansın ortaya konulmasına ciddi katkı sağlayıp maç skoruna etki eden önemli bir ölçüt olarak görülmektedir (Avanoğlu ve ark., 2020). Sporcu tarafından bir yetenek sergilenirken dikkatte daralma ve genişleme yaşanmasının yanı sıra dikkatin hangi tarafa doğru yoğunlaştırılacağı da performans açısından önemli olduğu ifade edilmektedir. Sporcu bir taraftan dikkatini içe yönelterek zihninde stratejik planlar yaparken diğer taraftan da dikkatini dışa aktararak çevresinde yaşanan olayları gözlemlemek durumundadır (Pişkin ve Alpay, 2019).

Spor alanında çalışma yapan araştırmacılar dikkatin seçici yönü üzerinde yoğunlaşmıştır. Psikomotor yetenekleri efektif bir şekilde kullanmak için ilgili olan uyarıya yoğunlaşılırken diğer ilgili olmayan uyarı etmenlerin arka planda tutulmasıyla dikkatte seçicilik durumu söz konusu olmaktadır (Asan, 2011). Bireyin dışarıdan gelen birçok uyarana karşı maruz kalması dikkatin dağılmasına yol açarken, ilgili uyarı hedef olarak zihinsel, bedensel, işitsel ve görsel olarak yönelim sağlaması elzemdir. Bu bakımdan hedef uyarı seçilerek bir nevi nişan alınarak ilgi odağı haline gelmektedir (Çağlar ve Kuruç, 2006). Ayrıca ilgili uyarı dikkatin aktarılmasıyla sportif hareket sırasında dikkatin sürdürülebilir olması sporunun performansı ve başarı noktasında önemli bir yapıtaşı olarak görülmektedir (Merdan, 2016). Sporcularda dikkatin ilgili uyarılar üzerinde sürdürülebilirliği, kayda değer bilgilerin farkında olunmasıyla bu bilgilerin sporcular tarafından seçilerek elde edilmesini sağlamaktadır (Kartal ve ark., 2016). Sporda dikkatin toplanabilmesi için fiziksel ve zihinsel hazırbulunuşluk ön şart olarak görülürken, dikkatin dağılmasının nedenlerinden birisinin de bedensel ve bilişsel yorgunluğun sonucu ortaya çıkan bir durum olduğu ifade edilmiştir (Kula, 2018).

Sporda üstün mücadele sergilemek için, hareket sırasında odak noktaya yoğunlaşmaktadır. Algılananların zihin süzgecinden geçirilmesiyle süreç içerisinde düşünceleri kontrol edebilme ve eyleme aktarılabilmesi neticesinde bir görevi yerine getirmede dikkatin elzem bir öge olduğu belirtilmiştir (Gözel, 2023). Dikkatin bir olaya yönlendirilmesiyle bir takım fizyolojik durumlar ortaya çıkmaktadır ki bunlar; egzersiz veya hareket sırasında kalp atım hızının artması, kasların kasılması, nefes alışverişte hızlanma olarak sıralanabilir. Bu bakımdan egzersizin şiddeti, süresi, tekrarı ve kapsamına bağlı olarak kaslarda ve beyinde sinirsel uyarıcılar aracılığı ile fonksiyonel olaylar meydana gelmektedir. Bu bağlamda yaşanan fizyolojik durumlarda bireyin dikkat seviyesinde dalgalanmalar yaşanmaktadır (Özcan, 2018).

Spor alanında dikkat, farklı açılardan ele alınarak incelenmiş olup sporda üst düzey performans sergileyebilmek için düşünce sürecini komuta ve kontrol edebilmenin yanında konsantrasyon sağlayabilme bilişsel becerileri kritik rol oynadığı görülmektedir. Sporunun gözünden kişilere, nesnelere ve yaşanan olaylara karşı bakışında iki çeşit dikkatten söz edilmektedir. Bu dikkat çeşitlerinden birisi genişlik, diğerisi ise içsel-dışsal dikkattir (Arslan, 2022). Sporunun dikkatine olanak sağladığı yardımcı ipuçlarının dağılımı genişlik olarak izah edilmektedir. Sporunun kendi iç dünyasındaki dikkatine destek veren ipuçları içsel dikkati, dışarıdan farklı kişilerin söylemlerine kulak vermesi ise dışsal dikkati ifade etmektedir (Efek,

2021). Bu dikkat türlerinin sporcuların uğraştığı branş üzerinde etkili olduğu ileri sürülmüştür. Takım sporlarında dışsal dikkatin, bireysel sporlarda özellikle hedef vurmaya dayalı spor dallarında ise içsel dikkatin ön planda olduğu ifade edilmektedir (Tunç, 2013).

2.1.4. Çocuklarda dikkat

Çocuklar içgüdüsel olarak hareket etme ve oyun oynama isteğine bağlı olarak öğrenme yolunu tercih etmektedir. Yapılan hareketlere dahil edilen duyu yoluyla ilişkilendirme seviyelerinde artış görülmesi ve buna bağlı olarak da öğrenmede gelişim yaşanmaktadır. Hareketli oyunlar çocuğun saha, yön ve hedef farkındalığını sağlayıp akademik becerilerin gelişimine zemin oluşturmaktadır. Oyun döngüsü içerisinde bir görevi yerine getiren çocuğun özellikle öğrenim temeli ve aşamasında bilişsel becerilerden olan dikkat yer almaktadır (Renk, 2019). Çocuklarda okul öncesi süreçte dikkatin kısa süreli olduğu bilinmektedir. Bu bakımdan çocukların okul öncesi sosyal, sportif ve eğitsel oyunlar içeren etkinliklerde yer alması önerilmektedir. İlkokul dönemine gelen çocukların dikkat sürelerinde artış olduğu ve ortalama 20 dakika dikkatini ilgi gösterilen alana yönelttiği ifade edilmektedir. Ergenlik çağında ise çocukların ilgi duyulan alana yönelik yaşanan bir olay veya durum karşısında 50 dakikaya kadar dikkatlerini yoğunlaşabildikleri belirtilmiştir (Kiremitci, 2022).

Çocukların özellikle 7-12 yaşlarında dikkat toplama probleminin yaşandığı bir dönem olduğu ifade edilmektedir. Bu dönemdeki çocukların, ilgi duyulan alana yönetilmesi ve o alandaki nesnelere ile göz kontağı kurması, stabil durarak dinleme davranışı sergilemesi ve keyif almasını içeren etkinliklere katılması dikkat becerisinin gelişmesi açısından önemli görülmektedir (Avanoğlu ve ark., 2020). Yapılan araştırmalar neticesinde; 1 yaşındaki çocuğun plastik halka ile 1 dakika oynayabildiği, 5-7 yaşlarında dikkat sürekliliğinin 15 dakikaya kadar çıktığı, 6 yaşındaki çocukların işaretlemeye dayalı ödevlerine 10 dakika dikkatini verdiği, 7-10 yaşlarındaki çocukların dikkat sürelerinin 20 dakikaya ulaştığı, 10- 14 yaşlarındaki çocukların ise 25-30 dakika boyunca yapılan bir işe dikkatlerini sağladıkları görülmüştür (Yaycı, 2007; Kiremitci, 2022). Çocukluk çağında kazandırılan dikkat merkezli yetiler, yaş ilerledikçe sürdürülebilir yeteneğine de destek olmaktadır. Nitekim çocuğun motor beceri gelişimi dönemindeki deneyimleri ile kazanımları, yetişkinlik çağına da katkı sağlayarak önemli bir rol oynamaktadır (Koçyiğit ve ark., 2020).

2.1.5. Dikkat eksikliği

Dikkat eksikliği kavramı üzerine 1902 yılında Doktor Federic Still tarafından “Dikkatin sürdürülmesinde eksiklik ve nörolojik anormallikler” ifadesi kullanılmıştır. Still, rahatsızlığın

organik ve nörolojik sebeplerden dolayı olduğunu ileri sürmüştür. İlk yapılan çalışmalarda, merkezi sinir sistemi iltihabı veya travmadan dolayı nörolojik rahatsızlıkları olan hastaların davranışları üzerinde durulmuş ve bu insanların dikkatsiz davranışlar sergiledikleri gözlemlenmiştir. Bu yeni bozukluğun, dolayısıyla beyindeki hasardan kaynaklandığı düşünülmüştür (Duman Kurt, 2022). İlerleyen süreçte Strauss, bu davranışların nörolojik bozukluk ya da iltihaplı hastalıktan bağımsız olarak da görüldüğü fikrini savunmuş ve araştırmalar yeni bir zemine taşınmıştır. Bu yeni sendromun “minimal beyin disfonksiyonu” olarak adı konulmuştur (Taşcıoğlu, 2022).

Zaman içerisinde dikkat eksikliği, üzerinde yapılan araştırmalar doğrultusunda 1960 yılından sonra klinik karşılığı olarak öğrenme zorluğu, umumi nörolojik bozukluklar ve farklı davranış belirtilerini de kapsayan bir çerçeve içerisine alınmıştır. Konu üzerinde araştırmalar devam ederken 1968 yılında Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı’nda (DSM-2) öğrenme güçlüğü farklı bir kategoride değerlendirilmiştir (Şahan, 2019). Aşırı hareketlilik, dürtüsellik, vurdumduymazlık, sinir, dikkat eksikliği ve kısa dikkat süresi olmak üzere altı belirgin davranış olarak ifade edilmiştir. Daha sonra bu bulgular hiperaktivite, dürtüsellik ve dikkatsizlik başlıkları altında birleşerek 1980 yılında ilk defa DSM-3’te “*Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu*” tanımı yapılmıştır (Kavak, 2022).

Dikkat eksikliği, bireyin basit uyarılar ile dikkatinin farklı yönlere çevrilmesi, gelişimsel seviyesi esas alındığında konsantre olma ve odaklanma sağlama noktasında problemler yaşaması olarak da ifade edilmiştir. Dikkat eksikliği olan bireylerde görülen belirtiler ile ilgili ifadelerin bazıları maddeler halinde aşağıda verilmiştir (Dikkat Eksikliği Merkezi, 2023).

- Detaylara ilgi duymazlar ve özen göstermezler.
- Detayları gözden geçirirler ve sık sık hata ile karşılaşır.
- Çoğunlukla kendileri ile konuşurken dinlemiyormuş gibi imaj verirler.
- Katıldığı faaliyetlerde oryantasyon sorunları ile karşılaşır.
- Plan yaparken güçlük çekerler.
- Sık sık araç gereçleri kaybederler.
- Dışarıdan gelen uyarılar karşısında dikkatleri kolayca dağılır.
- Günlük işleri yerine getirmekte problem yaşar.

Dikkat eksikliği teşhisi konulabilmesi için yukarıda verilen belirtilerden çocuklar için; 6 ya da daha fazlasının, 17 yaş sonrası için ise en az 5 tanesinin bireyde bulunması gerektiği belirtilmiştir. Semptomların devamlılık göstermemesi, belirli aralıklar ile ortaya çıkması tanı

konulması için yeterli görülmemektedir. Belirtilerin birçok farklı ortamda ve çok sayıda gözlemlenmesi önerilmektedir (Dikkat Eksikliği Merkezi, 2023).

2.1.5.1. Dikkat eksikliği bozukluğu (DEB)

Aşırı hareketlilik ve içgüdüsel hareketlerin çok sık rastlanmadığı, dikkat eksikliği izlerinin yoğun olduğu bu rahatsızlığa sahip bireyler için araştırmacılar tarafından Dikkat Eksikliği Bozukluğu (DEB) kavramı kullanılmıştır. DEB olan bazı çocuklar, aşırı hareketliliğin aksine çok yavaş hareket etmelerinden dolayı hipoaktif olarak da nitelendirilmektedir (Pamuk, 2022). Dikkat eksikliği bozukluğu, her bireyin yaşadığı duygu durum hali gibi görünse de bu rahatsızlığın gerçekleşme süresi ve davranışlarda kronikleşme olup olmadığı kanısına varılarak fark edilmektedir. Bu rahatsızlık sadece odaklanma ile ilgili olmayıp, bunun yanında sorumlulukların yerine getirilmesi noktasında ev, iş ve sosyal yaşamda zamansal gecikmeler ve aksaklıklar olduğu görülmektedir. Dikkatin doğru noktaya yönlendirilmesi için eyleme geçmeden önce bir planlama süreci olması gerektiği belirtilmiştir (Eker, 2016). Dikkat eksikliği bozukluğu olan bireylerde beyin yönetim fonksiyonlarının daha farklı çalıştığı düşünülmektedir. Konu üzerinde araştırma yapan Brown (2005), bu rahatsızlığın birey için irade sorunu gibi algılansa da “beynin yönetim sistemlerindeki kimyasal bir sorun” olduğunu vurgulamıştır.

Dikkat eksikliği bozukluğu yaşayan bireylerin zaman yönetimi noktasında problemler yaşadığı belirtilmiştir. Barkley (2015), bu rahatsızlığı olan bireylerin günlük hayatlarında planlama yapma noktasında problem yaşadıkları ve buna bağlı olarak bu süreçte eyleme geçmeden önce meydana gelen dürtüsel davranışların sergilenmesi ile ek zaman kaybının meydana geldiğini söylemektedir. Barkley’e göre, bu doğru olmayan bir zaman duygusuna sahip olmak değil, daha çok zamana yönelik bir yeterli davranış performansının sergilenememe problemi.

2.1.5.2. Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB)

Dikkat alanında sıkça ele alınan Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB), ilk olarak George Still tarafından 1902 yılında tanımının yapıldığı ifade edilmektedir. DEHB, beyinde, nöro-gelişimsel bir rahatsızlık olarak görülmektedir. Birey üzerinde tıbbi veya psikiyatrik bir hastalığa bağlı kalmaksızın akranlarına göre dikkat toplama ve odaklanma kontrolünde geride kalması neticesinde, akademik ve sosyal işlevlerde ortaya çıkan bozulmadan kaynaklı bir rahatsızlık olarak tanımlanmaktadır (Yurdakul, 2018). DEHB, çocukluk çağında ortaya çıkan toplum, okul, okul dışı etkinlik ve işi negatif yönde etkileyen

düzensizlik, dikkatsizlik ve normalden fazla hareketlilik, dürtüsellik semptomlar ile kendini gösteren nörogelişimsel bir bozukluk olduğu belirtilmiştir (Duman Kurt, 2022). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan bireylerin motor becerilerde noksanlık, alt seviye anaerobik kapasite, okul, ev ve sosyal etkinlikler içerisine katılımda azalma ve yaşam kalitesinde düşüş olduğu ifade edilmiştir (Demircioğlu Karagöz, 2023). Diğer bir deyişle, dikkat devamlılığın sağlanamaması ve nörolojik açıdan anormallik durumu söz konusudur. Dikkat eksikliği probleminin altında yapısal ve organik bozuklukların olduğu belirtilmiştir. Bu bakımdan dikkat eksikliği, psikiyatrik bozukluk olarak tanımlanan grup içerisinde yer almaktadır (Yönel, 2019).

DEHB tanısı altında bazı etmenler olduğu öne sürülürken bu rahatsızlığın temelinde öğrenme güçlüğü, aşırı hareketlilik ve dürtüsellik olarak birbirinden ayrı olmakla birlikte yakından ilişkili üç davranış şeklinin olduğu ifade edilmektedir. Bu tanı başlangıçta 3 ila 7 yaş arasındaki çocukluk çağında gözleme dayalı belirlenmektedir. Bu dönemde çocuğun temel ve ilkokul eğitiminde çevre ve toplum kurallarına aykırı hareketler sergilemesi, bulunduğu ortama uyum sağlayamaması gibi tipik davranışlar ortaya koyması sonucu tanısı yapılmaktadır (Dolgun, 2003). Diğer taraftan DEHB teşhisi konulan çocuklarda dikkat, bilişsel hesaplama, oryantasyon ve bellek gibi işlevsel fonksiyonlar korteks tarafından kontrol edildiği için zihinsel fonksiyonlardaki bozuklukların duruş ve dengedeki problemler ile bağlantılı olduğu belirtilmiştir (Şahan, 2019). Bu bulgulara istinaden DEHB’li bireyler unutkanlık, sabırsızlık, zamansız ve uygun olmayan davranışlar sergilemektedir (Taşcıoğlu, 2022). Konu üzerine yapılan bir çalışmada, DEHB’li çocukların %47-69 oranında motor kontrol problemleri olduğu tespit edilmiştir. Bu problemlerin, prefrontal bölgede yer alan kortikal kalınlığının olgunlaşmasındaki gecikme ile ortaya çıktığı belirtilmiştir. Kortikal kalınlığının olgunlaşma süresinin uzaması sonucu DEHB’li çocuklarda bilişsel işlevlerin istenilen düzeye erişemediği, buna bağlı olarak da beklenen uygun hareket ve davranışın sergilenememesi gibi problemlerle karşılaşmaktadır (Şahan, 2019).

DEHB, çocukluk çağında en çok tanısı konulan psikiyatrik bir hastalık olduğu belirtilmiştir. Dünya genelinde DEHB’li çocukların oranı %5-10 iken, yetişkinlerde ise %4,4 seviyelerinde olduğu vurgulanmıştır (Özkan, 2021). Türkiye’de ise DEHB tanısı konan bireylerin prevalansı %12,7 olduğu bildirilmiştir (Duman Kurt, 2022). Alanyazında, DEHB tanısı konan erkeklerin kadınlara oranla daha fazla olduğu görülmektedir. Ayrıca erkeklerin

davranış problemleri ve aşırı hareketliliklerinden kaynaklı olarak kadınlara oranla daha çok kliniklere yönlendirildiği ifade edilmiştir (Kavak, 2022).

2.2. Okçuluk

İnsanlık ile eşdeğer yaşta görülen okçuluk, belirli bir zamana kadar hayata tutunabilmek ve yaşam mücadelesinde kullanılmak amacıyla fiziksel ve zihinsel bir uğraş olarak yapıldığı bilinmektedir. Her çağ insanı okçuluğa bir anlam yükleyerek çeşitli görevleri yerine getirmek için bu iş ile meşgul olmuştur (Makul, 2022). Yapılan bu uğraşta temelde iki araç söz konusudur ki bunlardan birisi ok, diğeri ise yaydır. Yayın aktif kullanılabilmesi için iki uç noktayı birbirine bağlayan ve yayın gerilimiyle potansiyel enerjinin yüklenmesini sağlayan bir kiriş (ip) olması gerekmektedir (Özveri, 2018). Ayrıca, okun verimli ve istenilen amaca uygun kullanılabilmesi için ucunun sivri ve sert bir malzemedden yapılması, havada süzulebilmesi için kanat eklenmesi ve ok gövdesinin darbelere karşı dayanıklı olması gibi okun belirli özelliklere sahip olması elzemdir (Aydın, 2021). Ek olarak yardımcı okçuluk teçhizatlarının kullanılmasıyla daha efektif sonuçlar elde edilmesi mümkündür. Okçuluk teçhizatlarının her türlü hava koşullarına karşı saklanması ve korunmasını sağlamak amacıyla taşıyıcı ve koruyucu yardımcı ekipmanların kullanılması okçuluğun sürdürülebilmesi için önemli görülmüştür (Eroğlu ve Puran, 2023).

Okçuluk teçhizatlarının bir ok atıcı tarafından bilinçli ve amacına uygun kullanılmasıyla odak nokta olan hedef vurulabilmektedir. Bu bağlamda okçuluğun icra edilebilmesi için ok, yay ve yardımcı ekipman dışında insan ve bir de hedef faktörü bulunmaktadır. (Karakuş, 2018). Bu unsurların varlığı söz konusu olduğunda ok atıcı tarafından yayın tutulması, okun yay ipine takılması, yay ipinin çekilmesi ve belirli mesafeden hedefi nişan alarak okun atılması olayı gerçekleştiğinde oku atan kişiye “okçu” okçunun bu yaptığı işe ise “okçuluk” denilmektedir. Okçu, bir taraftan “ok atan” manasını taşıırken diğerk taraftan da “oku yapan” kişi anlamına da gelmektedir (Küçük, 2018). Geçmişten günümüze kadar olan süreçte okçulukta kullanılan ekipmanlarda, nişan alınan hedefte ve yapılış amacında değişim ve dönüşüm olsa da anlam bakımından okçuluk ilkelik özelliğini de taşıyarak hâlâ insanlığa yine insanlar aracılığıyla hizmet etmektedir (Atabeyoğlu, 1988).

Okçuluk bir başka yönden ele alındığında, bedenın üst bölümünde yer alan omuz, kol ve sırt kaslarının aktif rol aldığı kuvvet ve dayanıklılık gerektiren, sabit konumda yapılan bir spordur (Ertan, 2007). Okçuluk diğerk bir deyişle, bedenın yukarı bölgesindeki ince motor kasların kullanımı ve denetimi ile kol gücü, mukavemet ve denge parametreleri üzerine kurulu

durağan bir spor branşıdır (Develik, 2022). Bireysel spor dalları içerisinde yer alan okçuluk farklı açılardan değerlendirildiğinde ise tenis, boks, golf, gibi el ile yapılan bireysel sporlar içerisinde yer almasının yanı sıra atıcılık (tüfek, tabanca) atma (cirit, disk) gibi spor dalları arasındadır. Okçuluğun temel teçhizatları, kendi içerisinde atış disiplini ve kuralları olmasıyla hedef vurma üzerine kurulu diğer spor dallarından farklı özelliklere sahip olduğunu yansıtmaktadır (Gazoz ve Şimşek, 2021).

Dünya'nın birçok coğrafyasında okçuluğun çok eski dönemlerde yapıldığına dair izler olduğu araştırmacılar tarafından ortaya çıkarılmıştır. Özellikle Anadolu ve Avrasya bölgesinde yapılan arkeolojik kazı çalışmalarında Asya toplumlarının yaptığı okçuluğun batı toplumlarından farklı özelliklere sahip olduğu görülmektedir. Kazı çalışmalarında ortaya çıkan kadim dönemlere ait yaylar, ok uçları ve okçu yüzüklerinin morfolojik yapısı diğer kıtalardaki toplumların okçuluk teçhizatları açısından farklılıklar içermektedir (Saygılı, 2019). Bu bakımdan Asya toplumlarının okçuluk teçhizatları ve kültürü kendine has özellikler barındırmaktadır. Yaşanılan coğrafya, çevre koşulları, inanç ve ritüeller Avrasya toplumlarının yaşamına direkt etki ederken ok ile yay yapım ve kullanım noktasında da tesir etmiştir (Darzha, 2009).

İlk Türk devletlerinden itibaren ok ve yay kutlu bir silah olarak görülmüştür. Türklerin önemli yazılı kaynaklarından olan Oğuz Kağan destanında bahsi geçen ok ve yay, Türk devlet geleneği ve yönetiminde nişane olarak kabul edilmiştir. Bu destanda “yay” metbûluk, “ok” ise tâbiyyet simgesi olarak ifade edilmiştir (Göksu, 2008). Türklerde üstün mertebede görülen ok ve yay, birçok Türk boylarının tamgasında yer almıştır. Selçukluların ilk dönemlerinde hukukî bir sembol olarak kullanılmış ve Tuğrul Bey'in mektuplarında yer almıştır. Tuğrul Bey ve kendisinden sonra gelen bazı Sultanlar da ok ve yay sembolü içeren madeni paralar bastırmışlardır (Metin, 2014). Bazı Osmanlı Padişahlarının da ellerinde ok ve yay ile tasvir edilmeleri bu kadim nişanelere sahip çıktıklarını göstermektedir (Özveri, 2006).

2.2.1. Geleneksel Türk okçuluğu ve temel kavramlar

Avrasya milletlerinin içerisinde yer alan Türkler, yaşadığı geniş Orta Asya bozkır coğrafyasında okçuluğu üst mertebelere çıkardığı tarihçiler tarafından dile getirilmiştir. Okçuluğu bir savaş silahı olarak kullanmaktan öte devlet yönetiminde, nüfus sayımında, askeri komuta sisteminden haberleşmeye, davet etme ve ikamet yeri belirleme gibi birçok farklı alanda kullanarak bir yaşam biçimi haline getirmiştir (Durmuş, 2019). Türkler, askeri teçhizat üretiminde sağladığı kazanımlarıyla birlikte harp sahasında ustaca kullandığı ok ve yay ile

üstün başarılar elde etmiştir. Nitekim okçuluğa farklı bir perspektiften bakarak değer kazandıran Türklerin adı okçuluk ile özdeşleşerek “Türk Okçuluğu” adını almıştır (Yücel, 2015). Asırlardan beri Türk okçuluğu değişim ve dönüşüm aşamalarından geçerek günümüze kadar ulaşmıştır. Ülkemizde Modern ve Geleneksel olarak iki ana kola ayrılan okçuluk “Türk” adının geçtiği tek spor dalı olmakla birlikte, milli ve ata sporu olarak genel kabul görmektedir (Atabeyoğlu, 1988).

Türk Okçuluğu’nda okun atılabilmesi için belli başlı gereksinimler vardır. Bunlar; okçu (atıcı), ok, yay, kiriş (yay ipi) ve ok atıcı yüzüğüdür. Türkçe yazılan ilk okçuluk risalesi olduğu kabul edilen “Hülâsa” adlı eserde bu beş gereksinim, ok atıcılığında şart olarak kabul edilmiştir (Delice 2003; Karakuş, 2018). Türklerin, doğudan başlayan okçuluk serüveni batıya doğru ilerledikçe bazı kavimler ile benzer özellikler taşırken diğer taraftan kültür etkileşiminden kaynaklı olarak okçuluk terminolojisi zengin bir dil ve kelime birikimine sahip olmuştur. Bu bakımdan geleneksel Türk okçuluk terminolojisinde yer alan kelimeler genellikle Türkçe, Farsça ve Arapça kökenlidir (Uçar, 2013).

Ok, yay vasıtasıyla hedefe atılan uzun ve ince görünümlü ahşap, alüminyum ve karbon gibi maddelerden yapılan uç kısmı sivri çubuklardır. Türkçe kökenli olan ok, “tir, peykan, sehm, navek ve pertav” gibi adlar ile de anılmıştır. Yay ise, oku hedefe atmak için kullanılan ahşap, karbonfiber ve çelik gibi maddelerden yapılan, iki uç noktasına ip geçirilen esnek ve dayanıklı yapıya sahip temel okçuluk teçhizatıdır. Türkçe kökenli olan yay sözcüğü için “keman, kavs” gibi isimlerde kullanılmıştır (Küçük, 2018). Ok ve yay ile ilgili yazılı olarak ilk milli işaretler, Gök-Türk yazısında ok (↓), yay ise (D) olarak sembolize edilmiştir (Kuşoğlu, 2006).

Belirli mesafedeki hedef karşısında yayı bir taraftan tutup diğer taraftan çekip nişan aldıktan sonra oku atan kişi ise “okçu” olarak bilinmektedir. Türkiye Selçukluları ve Memlûkler Dönemi’nde 1208 yılında Kıpçak Türkçesi ile yazılan okçuluk risalesinde ise “ok atğan, okcı” gibi isimlerinden bahsedilmiştir (Delice, 2003). Osmanlı Dönemi’nde ise ok yapan kişi “tirger” ve aynı zamanda “okçu” olarak da anıldığından dolayı ok atıcı için “Tirendâz, Kemânkeş” gibi tabirler kullanılmıştır (Yücel, 2015). Memlûk Silahşoru Tayboğa’nın Arapça yazı diliyle kaleme aldığı okçuluk eserlerinden birini Osmanlı Türkçesine aktaran Mahmûd bin Mehmed bin Hasan ise ok atan kişiyi genellikle “Atıcı” olarak tarif etmiştir (Kesimli, 2017). Yine Osmanlı döneminde Abdullah el-Kâtip tarafından yazılan Kavaidü’r Remy (Ok Atıcılığının Kuralları) kitabında da ok atan kişi için Atıcı tabirinin sıklıkla kullanıldığı görülmektedir (Uçar, 2013). Ayrıca Kemankeş Mustafa Efendi’nin yazdığı Kavsnâme eserinde de ok atan için Atıcı

kavramı yoğunlukla kullanılmıştır (Vural ve Aksoy, 2021). Neticede Türk Okçuluğu hakkında Arapça yazılan kaynaklarda bir nesneyi uzağa atmak, fırlatmak için “Remy” kelimesi kullanılırken bu işi yapan kişi için “Râmi” kavramı kullanılmıştır (Uçar, 2013). İlgili kaynakları Türkçeye aktaran mütercimlerin veya müelliflerin Türkçe karşılık olarak bu işi yapan kişi için Atıcı ismini tercih ettikleri anlaşılmaktadır. Yukarıdaki bilgiler ışığında bu tez çalışmasında da sade ve yalın bir ifade ile ok atan kişi için Türkçe hitaben “Atıcı” veya “Ok atıcı” tabirleri sıklıkla kullanılmıştır.

Osmanlı döneminde atıcılıkta mahir ve fiziksel özellikleri üstün olan kişilerden söz edilirken “Pehlivan” diye bahsedilmiştir. Ok atıcıların Pehlivan olarak anılması o dönem için atlet (sporcu) anlamına gelmektedir (Kunter, 1942). Farsça kökenli Pehlivan kelimesi, günümüz halk dilinde güreş yapan kişilere söylenen bir tabir iken, yazılı kaynaklarda özellikle başarılı atış yapan ve heybetli atıcıların isimleriyle beraber anılmıştır. Bu durumda Pehlivan sözcüğü, kadim ata sporları içerisinde bir dönem ok atıcıları içinde söylenirken, 20. yüzyılda er meydanında okçuluğa olan rağbetin azalması ve bir asır unutulmasının etkisiyle kuşaklara aktarılamamıştır. Bu bağlamda Pehlivan kavramı, Türkler için iki kadim ata sporu olan okçuluk ve güreş içerisinde bu sporu icra eden kişilere söylenen bir isim olduğu anlaşılmaktadır (Kahraman, 1995).

Kadim Türk ok atıcıları, yay ve oklarını hem yaya hem de at üzerinde taşıması için belli başlı ekipmanlar kullanmıştır. Ok atıcının beline ve genellikle sağ tarafına (solak atıcılar hariç) bağladığı ok çantasına “okluk, kubur, gedeleç, tirkeş, bilük, kîş, sadak” isimleri verilmiştir. Yayın muhafazası ve taşınması için yay çantası kadim dönemlerde “kurugluğ, kurman, yasık, kırbân” gibi isimler ile anılmıştır (Göksu, 2018). Genellikle ok atıcıların yay çantasını beline bağlı olarak sol tarafta taşıdığına dair birçok minyatür ve tasvirler mevcuttur (Yücel, 2015).

Türk okçuluğunda, kirişin merkezine yakın üst noktadan “mandallama” (başparmak çekiş tekniği) ile ok atışı gerçekleştirilmektedir. Asya kökenli bu atış tekniğinde atıcı, genelde sağ başparmağına okçuluğa özgü bir yüzük takmaktadır. Ok atıcı yüzüğü, Memlûk risalelerinde “küştübân, engüştvâne” Osmanlı dönemi kaynaklarında ise “şast, zihgir” gibi Farsça isimlerle anılmıştır (Özveri, 2018). Boynuz, çelik, ahşap gibi malzemelerden imal edilen yüzük aracılığıyla başparmağa zarar vermeden mandallama çekiş tekniği ile oku sağdan gezleyerek atış yapılmaktadır (Ölmez ve Özdamar, 2017). Özellikle Türkiye Selçukluları dönemine ait bir sikkede, atlı okçunun mandal parmaklarının dışında kalan diğer parmakları ile birden fazla oku tutup göğüs hizasına çekiş yaptığı ve içgüdüsel (hissiyatlı) olarak seri atış yapmak amacıyla

olduğu görülmektedir. Bu bakımdan bir Türk ok atıcısının hem yaya hem de at üzerinde mandallama atış tekniği ve elde yedek ok tutma tarzı ile zaman kaybetmeksizin okluğuna elini uzatmadan birden fazla oku kısa sürede her yöne hızlı ve istikrarlı atış yaptığı anlaşılmaktadır (Metin, 2014).

Türk Okçuluğunda av ve savaş okçuluğun dışında beden idmanı ve askeri talim amaçlı olarak kalkan, kabak, zil, ağaç, demir ve sepet gibi cansız hedeflere ok atışları yapılmıştır (Yücel, 2015). Osmanlı dönemi kayıtlarında özellikle hedef okçuluğu müsabakalarında kullanılan armut veya su testisi görümüne benzeyen içi pamuk çekirdeği ve talaş dolu, dışı deri kaplamalı, üzerinde irili ufaklı halkaların yer aldığı cisme “puta” denilmiştir (Yılmaz, 2020). Türkiye Selçukluları ve Memlûkler döneminde yazılan okçuluk risalesinde vurulması hedeflenen nesne ile ilgili “*ülgü gözlemek*” deyimini kullanılmıştır (Delice, 2003; Karakuş, 2018). Bu hususta nişan alınan hedef her ne ise “ülgü” olarak tarif edilmiştir. Günümüzde “*amaç edinilen, ulaşılmak istenen şey*” anlamına gelen “ülkü” kavramının (TDK, 2023b) geçmiş dönem Türk okçuluğunda, ok atılan hedef için de kullanıldığı anlaşılmaktadır.

2.2.1.1. Türk okları

Ok ile ilgili bilgilerin yer aldığı en köklü kaynakların başında Kaşgarlı Mahmud’un “Divânu Lügati’t Türk” eseri gelmektedir. Bu büyük Türkçe sözlükte okun uç noktasına eklenen sivri demir parçasına “temürgen, temren, başak” denilmiştir. Okun büyük bölümünü oluşturan ağaç ya da kamıştan olan gövde kısmı “ulun” ok tüyelerine ise “yüg” ismi verilmiştir. (Ercilasun ve Akkoyunlu, 2020). Avrasya bölgesinde yaşamış olan Hunların savaşlarda kullandıkları hususi oklardan olan işaret oku adıyla da bilinen ıslıklı ok uçlarının özellikle kemik ve geyik boynuzundan yapıldığı belirtilmiştir (Yıldıran, 1986). Her ne kadar farklı amaçlar için kullanılmış olsa da Osmanlı döneminde de menzil atışlarındaki okların uçları çoğunlukla kemikten yapılmış ve bu ok uçlarına “soya” ismi verilmiştir (Ölçücü, 2020). Menzil atışlarında en uzak mesafeye oku kondurmak amaçlandığı için kemik uçlu menzil okları atıldığında, hafifliğinden dolayı okun havada uzun süre uçuş grafiği çizdiği ve üst düzey mesafeler elde edildiği anlaşılmaktadır. Okun hedef istikametinde nizami uçuşunu sağlayan ve dengeleyici görevi yapan tüylere “yele, yelek, sakal, peylek” gibi isimler de verilmiştir. Kadim çağlarda kartal, doğan ve kerkenez gibi yırtıcı kuşlardan, ilerleyen dönemlerde ise sultan kuğusu, karabatak ve karakuş tüyleri ok yapımında kullanılmıştır (Gündüz ve ark., 2010).

Türkler, yaşamış oldukları coğrafyalarda dayanıklı ve su yolu düz olan ağaçlardan ok gövdesi, yırtıcı kuşlardan tüy elde ederek, dönemlere göre kemik ve demiri de işleyip ok ucu

imal ettikten sonra bu parçaları birleştirip oku meydana getirmişlerdir. Ok yapımında hadeng, kayın, sedir, kamış ve çam ağaç türleri sıklıkla kullanılmıştır. Ok gövdesini oluşturan ağaç malzemenin, belirli bir süre uygun koşullarda bekletildiği bilinmektedir (Yücel, 2015). Oklar, yapı malzemesi açısından ağaç ve kamış olarak ikiye ayrılıp sınıflandırılmıştır. Kullanım alanı ve amacına göre ise; okçuluk eğitiminin başlangıcında temrensiz, ok ucu küt, deri kaplamalı olarak kullanılan idman oku ile torba gez idmanında kullanılan temrenli yeleksiz ok, dış saha atışlarında işaret vermek ve menzil atışı öncesi hava kontrolünü sağlamak ibriş oku ile çavuş oku, hedef atışları için puta oku, sert cisimleri vurmak için darp oku, menzil atışlarında pişrev, heki, azmayış ve yeksüvar okları kullanılmıştır (Orhan ve Ateş, 2018).

Türk oklarının yapımında anatomik olarak insan figürü esas alınmıştır. Okun, kirişe takılan yeri “gez” olarak bilinirken, gez ile boğaz arası “baş” boğaz ile göbek arası “göğüs” ardından “baldır” ve uç nokta olan “ayak” ile dört temel bölümü olmak üzere ok 24 parçaya ayrılmıştır. (Gündüz ve ark., 2010). Ok yapımı hakkında Osmanlı döneminde yazılan eserlerde önemli bilgiler yer almaktadır. Okların ağırlık ve uzunluk ölçümlerinde doğal metotlar kullanıldığı görülmektedir. Ok üzerinde uzunluk ölçümleri karış, parmak ve tutam gibi doğal yöntemler ile yapılmıştır. Yine ok yapımında ağırlık olarak miskal, kırat ve dirhem gibi ağırlık birimleri kullanılmıştır (Yastı, 2016).

Günümüz harp teknolojisinde etkin kullanılan ve üst düzey özelliklere sahip füzelerin ilk atası da oklar olduğu söylenmektedir. Kendine has endamı ve üslubu olan Türk oklarının 24 parçaya bölünmüş olması Türk Oğuz boylarını “Ok-uz” yani yirmi dört boyun birlik ve beraberliğini temsil ettiği ifade edilmektedir (Anık, 2018). Kullanım amaçlarına göre farklılık gösteren Türk okları temel eğitim, hedef vurma ve uzak mesafe (menzil) atış alanlarında kullanılmıştır. Atıcı'nın kabiliyeti ve yayın kalitesi ile geçmişte yapılan atışlarda, günümüzde dahi ulaşamayan üst düzey rekorlar elde edilmiştir. Bu hususta Türk okları kendisine has özellikleri ile dünya çapında adından söz ettirmiştir (Orhan ve Ateş, 2018). Nitekim üzerinde uzun yıllar çalışmalar yapan Easton şirketi 1995 yılında X10 ok gövdesi üretimi ile modern okçuluğa ayrı bir boyut kazandırmıştır. 1996 yılından itibaren olimpiyatlarda derece alan sporcuların Easton X10 ok gövdesi kullanması şampiyonların bir tercihi olmuştur. Easton X10 okların yapısı incelendiğinde, Osmanlı döneminde kullanılan menzil okların yapısına benzer özelliklere sahip olduğu görülmektedir. Bu bakımdan Easton X10 model namlulu miller (ok gövdesi) yapısı Osmanlı dönemi uçuş okçuluğu olan menzil atışlarındaki endamlı Türk

oklarından esinlenilerek yapıldığı üretici firmanın kıdemli mühendisi tarafından belirtilmiştir. (Tekmitchov, 2018).

Osmanlı döneminde yapılan menzil atışlarında okların görüntüsünde ince el işçiliği göze çarpmaktadır. Rüzgâr türüne göre yapılan atışlarda kullanılan okların yapımında farklılıklar ortaya çıkmıştır. Atışlarda iklim koşulları, konum, okun havada uçuş süresi, rüzgârın seyrine göre okun uçuş grafiği ve sapma payı gibi etkenler üzerinde durulmuştur. Hâkim rüzgârı arkasına alan Osmanlı dönemi ok atıcısının, ortalama 44 derecelik bir açıda gökyüzüne doğru okunu atarken bu etkenlerin değerlendirilmesi sonucunda okların hafif, kısa, dayanıklı ve endamlı (gövdesi biçimli) özellikleri ön plana çıkmıştır (Yavuz ve Canatar, 2010). Atışlarda; kiriş endam, tarz-ı hâs ve şem endam olarak bilinen üç farklı gövde biçimine sahip oklar kullanılmıştır (Özveri, 2006).

2.2.1.2. Türk yayları

Kadim Türkler, doğadan ve hayvanlardan elde ettikleri organik malzemelerden ağaç, boynuz, tutkal, sinir tendonu ile yayı kendilerine has bir üslupla yapmışlardır. Bu yaylar, yapılış özelliğinden dolayı Dede Korkut Kitabı ve Divânu Lügâti't Türk'te "katı, katışık, bileşik, mürekkep" olarak tarif edilmiştir. Türk yayları üzerinde araştırma yapan batılı bilim insanları tarafından bu yaylara literatürde "kompozit yay" adı verilmiştir. (Temizkan ve Çoban, 2015). Türk yayları arasında Saka, Hun, Göktürk, Selçuklu, Kırım Tatar, Babür ve Osmanlı yayları ön plana çıkmıştır (Göksu, 2018). Ayrıca Türkiye Selçukluları döneminde orduda kullanılan Çaç/Şaş (Taşkent) isimli yaylardan övgüyle bahsedilmiştir (Göksu, 2008). Bu yaylar yapım, kurulum ve atış tekniği açısından değerlendirildiğinde ortak özelliklere sahip oldukları bilinmektedir. Türk yayları kullanım maksadına göre; kepaze yay, puta veya talimhane yayı, menzil yayı, tirkeş veya harp yayı diye çeşitlere ayrılmıştır (Atabeyoğlu, 1988). Türk yaylarının yapılışında da oklarda olduğu gibi insan motifi ele alınmıştır. Türk yayının insanı esas alan benzetimi aşağıda ifade edilmiştir (Çoban, 2018).

"İyi bir bileşik yayın yapısı insandan çok da farklı değildir. İnsan nasıl iskelet, kas, damar ve kandan oluşuyorsa bileşik yay da bunların muadili olan dört şeyden müteşekkildir. İskeletin yerine ahşap, kasın yerine boynuz, damarın yerine sinir (tendon), kanın yerine ise tutkal vardır. İnsanın nasıl sırtı ve karnı varsa bileşik yayın da sırtı ve karnı vardır. Ve insan nasıl geriye doğru eğilemiyor fakat öne doğru eğilebiliyor ise bileşik yay da bu şekildedir"

Kadim çağlardaki Türk yayları organik yapım malzemeleri olması hasebiyle ölçülü ve sıralı materyal birleştirme tekniğinin bir ürünüdür. Yay yapım aşamasında, bölümlere ayrılarak parçadan bütüne doğru gitme metodu esas alınmıştır. Yayın bölümlerinde, “kabza” merkez nokta olarak belirlenirken kabza ile birleşen alt ve üst kanatlar “sal”, salların biraz yukarısı “kasan” ve kasanlara bağlı uç noktalar ise “baş” olarak ifade edilmiştir (Yücel, 2015). Özellikle kabza üzerine “toz” adı verilen huş ve kayın gibi ağaçların kabuklarının sarılması ile nemden ve ıslaktan korunması sağlanmıştır (Temizkan ve Çoban, 2015). Yine yayların kullanım amacına göre yapım malzemelerindeki oranlarında ve ağırlıklarında farklılıklar olmuştur. Yapılan yayların öz ağırlığı “dirhem” olarak belirtilirken, yay çekiş kuvveti ile ilgili “batman” ve “okka” ağırlık birimleri kullanılmıştır (Yastı, 2016; Yavuz ve Canatar, 2010).

Menzil yayları üst düzey çekiş kuvvetine haiz berk yaylar iken, puta yaylarının menzil yaylarına göre daha mülâyim (yumuşak) çekim kuvvetine sahip olduğu belirtilmiştir (Uçar, 2013). Menzil yayları yasılı halde iken “hilâl kuram” puta ve kepaze yaylar ise “tekne kuram” görüntüsüne sahiptir. Kabzadan itibaren kıvrımlı olan bazı hedef yayları ise “kabza kuram” olarak tarif edilmiştir (Yücel, 2015). Kepâze yayın diğer yaylardan farkı ise okçuluğa talipli olan atıcıların başlangıç aşamasında atış yapmaksızın sadece çekiş yaparak meleke kazanmalarını sağlamak için kullandıkları yay türüdür. Yine atıcıların atışa hazırlık aşamasında kol kızdırma idmanı (kol kaslarını ısıdırma antrenmanı) için kepaze yay kullandıkları bilinmektedir (Gürbüz, 2019). Diğer taraftan kepaze yayların en düşük seviyedeki atış yaylarından bile daha düşük çekiş kuvvetine sahip olduğu için bu yayların yapımında yalın ağaç olduğu, boynuz tabakanın eklenmediği yorumu yapılmıştır (Yücel, 2015).

Türk yayları yapım ve kullanım açısından incelendiğinde Asya kökenli yay sınıfında yer almaktadır. Türk yaylarını, diğer yaylardan ayıran en önemli noktalardan birisi yay boyunun kısa olmasıdır. Türk yayları kısa görünmesine rağmen ters yönde kurulması neticesinde çekiş mesafesi oldukça yüksek düzeydedir (Öngel, 2001). Nitekim Türk yayları ile atılan oklar diğer milletlerin oklarına göre boyları daha kısa görünümündedir. Bu durum, Türk oklarının daha hafif olmasını ve uzak mesafelere ulaşmasını sağlamaktadır. Türk yayları refleks yapısıyla kanatları dışa dönük olup içe doğru gerilerek kurulması ile kendine özgü bir motif yansıtır (Bir ve ark., 2006). Diğer toplumların yaylarına göre Türk yaylarının boyunun kısa olması hem yaya hem de at üzerinde hızlı ve etkili ok atışlarının yapılmasına olanak sağlar (Can, 2019). Çekiş mesafesinin uzun olması ve etkili menzil atış mesafesine sahip Türk yaylarının kullanılması için üst düzey çekiş gücü gerekmektedir (Karpowicz, 2005).

Tarihsel süreç içerisinde Türk yaylarının özüne bağlı uygun kullanımı ve kurulumu devam ederken gelişiminin sağlanması ve niteliğinin artırılması için inovasyon çalışmaları yapılmıştır. Yayın uzunluğu, ağırlığı, yapımında kullanılan malzemeler konusunda dönemler arasında değişiklikler görülmektedir (Uçar, 2013). Zaman içerisinde Türk yaylarının görünümünde belli başlı noktalarda değişim ile gelişim olduğu görülmektedir. Nitekim Türk yayları içerisinde Osmanlı dönemi yaylarının çekiş kuvveti, performansı ve dönem içerisinde elde edilen ok atış mesafeleri bu yayların farkını ortaya koymaktadır. Neticede bu yaylarda görülen kabza ve kanatlar arasındaki biçim farklılıkları, Türk devletleri tarafından yapılan bir ar-ge çalışması olduğunu göstermektedir (Karpowicz, 2018).

Türk Okçuluğu, Osmanlı döneminde zirveye ulaşırken, şüphesiz ok ve yay yapımında ciddi atılımlar sağlanmıştır. Halkın temel uğraşlarından biri olan okçuluk için yaycı ve okçu esnaf sayısında artış yaşanmış, dönemin devlet erkânları aracılığı ile Okmeydanı içinde ve yakınlarında dükkânlar açılmıştır (Yüksel ve Betin, 2019). Bu dönemde yay yapan ustalar “kemânger” olarak tanımlanırken, Edirneli ustaların yaptıkları yaylar ziyadesiyle ilgi görmüş ve rekor atışlarda bu yaylar ön plana çıkmıştır (Ergin ve Çetin, 2015). Türk yayları üzerinde araştırma ve geliştirme çalışmalarını sürdüren ustalar, yayı okçuluk aracının ötesinde birer sanat eseri olarak görmüşlerdir. Bu bakış açısı ile Türk yaylarının yapım ilminin unutulmaması, sürekliliğinin sağlanması ve bu sanata teşvik etmek için dönem içerisinde çeşitli kavşanmeler ve risaleler yazılmıştır (Yavuz ve Canatar, 2010). Diğer taraftan Osmanlı ordusu içerisinde belirli bir döneme kadar yer alan ok ve yay bir nevi devletin taarruz gücünü temsil etmiştir. Bu bakımdan özellikle savaşlarda kullanılan yayların yapımı ve işçiliği, dönemin harp teknolojisi ve mühendislik bilgisi içermesinin yanı sıra esnaf ve zanaatkârlık işi olduğundan yay yapım aşamasında bazı hususi bilgiler devlet sırrı olarak görülüp gizli tutulurken, usta-çırak ilişkisi içerisinde aktarımın sağlandığı şeklinde yorumlar da yapılmıştır (Yücel, 2015). Uzun ve meşakkatli bir el işçiliği olan Türk yaylarının, ortalama 1 ila 5 yıl içerisinde belirli koşullarda malzemelerin bekletilerek hazırlığının yapıldığı belirtilmiştir. Yay yapım işlemi tamamlandıktan sonra tezhip ustasının elinde bezemeler, rumiler ve çiçek motifleri ile süslemesi yapılır. Ardından yayın bir uç noktasına kemângerin adı ile yay yapım tarihi yazılarak son haline aldığı ifade edilmiştir (Eralp, 1993).

2.2.1.3. Kiriş (Çile)

Kiriş, yayın iki uç noktasındaki tonç kertiklerinden geçirilerek yay kanatlarının gerilmesiyle birlikte ortaya çıkan potansiyel enerjinin oka aktarılmasını sağlayan ince ve

katmanlı ip olarak tanımlanmaktadır (Yastı, 2016). Kadim Türklerin, yay kirişini kurt sinirinden yaptıkları rivayet edilirken, Osmanlı döneminde çok katlı ibrişim (ipeğin kalınca bükülmesi) ile yapıldığından kiriş “çile” olarak da anılmıştır. Kirişin dolaşmasını önlemek için orta bölgeye “meydanlık” yay kanatlarının hizasındaki belirli noktalara da “gül” yapılmıştır (Yücel, 2015). Okun kirişe takıldığı yerin sabit bir nokta olması için meydanlık üzerine bir “gügül” adında belirteç yapıldığı belirtilmiştir. Yaklaşık 300 gez uzaklıkta yer alan puta ve menzil atışlarında ideal gez yerini bulmak için kiriş üzerine birden fazla gügülün yapıldığı da anlaşılmaktadır (Vural ve Aksoy, 2021). Topkapı Sarayı Müzesi’nde 16. yüzyıla ait olduğu belirtilen Muhiddin adlı ustanın yaptığı menzil yayı ve üzerinde bulunan tonç düğümlü halkalar ile güllerin olduğu kiriş aşağıda verilmiştir. (Türk Kültür Vakfı, 2009).



Şekil 2.1. Menzil yayı üzerine sarılı tonç düğümlü kiriş

Osmanlı Dönemi yaylarında kullanılan kirişlerin üç parçalı olduğu görülmektedir. Bütün bir haldeki kirişin uç noktalarındaki ilmeklere “tonç halkası” denirken bu halkalar ile kirişin orta uzun bölümü özel bir düğüm ile birbirine bağlanmıştır. Bu düğüm ise “tonç düğümü” olarak anılmıştır. Bu dönemde kiriş örmek, okçulukta ustalık isteyen bir uğraş olarak görülmüştür. Hava koşusu olarak bilinen menzil atışlarında usta işi kiriş ile kurulan yaylar kullanılarak yapılan atışların 50 gez (ok boyu- adım) mesafe fark attığı ifade edilmiştir (Yavuz ve Canatar, 2010). Bir diğer nokta ise hedef atışlarında kalın çile, menzil atışlarında ise ince çilenin kullanılması tavsiye edilmiştir. Çile ile yayın uyumlu olması için kabza ve çile arasındaki mesafenin ortalama atıcının bir karışı veya yedi parmak mimari zira ölçüsü kadar

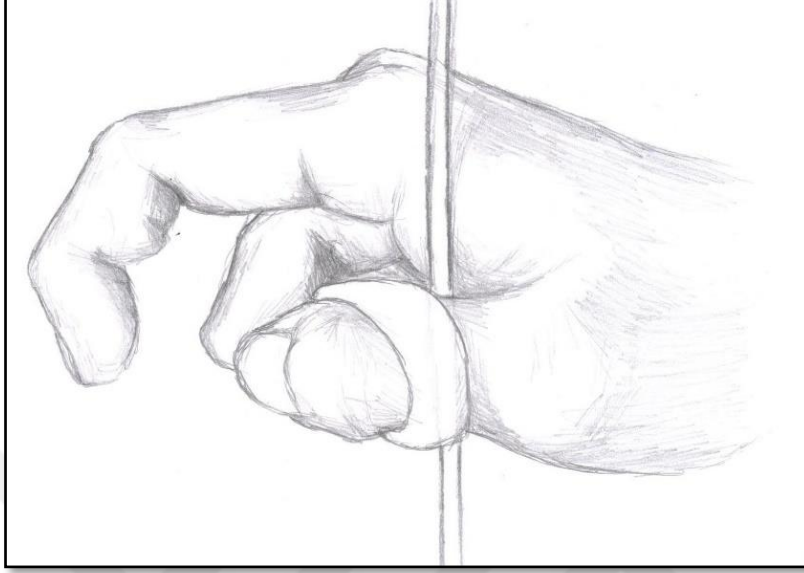
olması uygun görülmüştür. Nitekim çilenin dar olması “devşirmeli” bol olması ise “döşekli” olarak tarif edilmiştir (Uçar, 2013; Yavuz ve Canatar, 2010). Yapılan atış türüne göre çilenin ince veya kalın, uzun ya da kısa olması yay enerjisinin oka aktarımı açısından değerlendirildiğinde kayda değer bir teknik ve malzeme bilgisi olarak görülmektedir (Özveri, 2006).

2.2.1.4. Ok Atıcı Yüzüğü

Türk Okçuluğu’nda mandallama usulü ile atış yapılırken bu atışın gerçekleşmesinde önemli rol oynayan ve başparmağa takılan iç görünümü elips biçimli ok atıcı yüzüğü, günümüzde genellikle “zihgir” adıyla anılmaktadır (Ölmez ve Özdamar, 2017). Osmanlı dönemi kaynaklarında yer alan metinlerde sıkça bahsedilen zihgir kelimesinin yanında okçu yüzüğünün karşılığı olarak “şast” sözcüğü de kullanılmıştır. Genellikle menzil atışlarında okun sol tarafa doğru yönelmesine “kabza salkısı” sağ tarafa yönelmesine ise “şast salkısı” ifadesi kullanılmıştır. Bu deyimde daha çok sağ elle atış yapan atıcılar olduğu düşünüldüğünde, kabzayı sol el ile tutmaları ve okçu yüzüklerini de sağ ellerine takmalarından dolayı okun yüzük yani sağ tarafa gitmesini şast kelimesi ile izah ettikleri anlaşılmaktadır (Yücel, 2015). Osmanlı Türkçesiyle yazılan bir eserde ise ok atıcı yüzüğünden “yüksük” diye bahsedilmiştir (Yastı, 2016). Ayrıca Anadolu’da bazı bölgelerde hâlâ halk dilinde yüzük kelimesi yukardaki belirtilen isim ile söylenmektedir. Ayrıca Tuva Türklerinin geleneksel yaşamında okçuluk ile ilgili bilgilerin de yer aldığı Rusça yazılan bir eserde okçu yüzüğünün bir diğer adının “bilzek” olduğu belirtilmiştir (Darzha, 2009). Ek olarak Tuva Türkçesi Sözlüğü’nde Bilzek kelimesinin karşılığı olarak Yüksük ismine yer verilmesi dikkat çekmektedir (Arıkoğlu ve Kuular, 2003).

Ok atıcı yüzüğü yapımı ustalık isteyen bir iş olup atıcının başparmak ölçüsüne göre yapılmaktadır. Yüzüğün başparmağa takıldığında çok dar veya çok geniş olmaması gerektiği, misal olarak atın ağızındaki gem gibi rahat ve hoş bir tavırda olması gerektiği vurgulanmıştır (Uçar, 2013). Mandallama atış tekniğine özgü kullanılan yüzüğün alt noktası “çember” üst noktası “damak” veya “kaş” diye anılır. Yay çeken elin başparmağına takılıp yana çevrilir ve damak başparmağın iç yassı kısmını kaplar (Yastı, 2016). Berk (sert) yayları çekerken parmağın zedelenmesini önlemek için zihgirin çember ile damak kısmının kesiştiği noktaya deri parçası (kulak) eklenir. Kiriş, kulak ve damak alt noktası olan eşik kısmına alınarak mandallama yapılır. Okçu yüzüğü parmak üzerinde kalkan misali koruyucu özelliğinin yanında atış esnasında işaret ve başparmağın beraber açılarak kirişin damak üzerinden hızlıca kayıp gitmesine olanak sağlar. Bu bakımdan okçu yüzüğü hem atıcının parmak ağrısı veya acısını en aza indirmesine hem de

okun çıkış hızı ve uçuş seyrine yüksek düzeyde katkı sağlamaktadır (Ölmez ve Özdamar, 2017). Ok atıcı yüzüğü ile başparmak çekişinin yer aldığı bir çizime aşağıda yer verilmiştir. (Büyükcura, 2024).



Şekil 2.2. Ok atıcı yüzüğü ile başparmak çekiş tekniği

2.2.1.5. Ok ve yay taşıma teçhizatları

Türk Okçuluğunda kullanılan ve yardımcı teçhizatlar içerisinde yer alan iki öge de ok ve yay çantalarıdır. Bu hususta ok taşıma çantası için “Tirkeş” ve “Sadak” kelimeleri ön plana çıkmaktadır. Ülkemizde ok taşıma çantası için geleneksel okçuluk camiasında Tirkeş, modern okçuluk çatısı altında ise Sadak kelimesi sıklıkla kullanılmaktadır. Tirkeş; Farsçadan gelen tîr (ok) ile Türkçedeki çanta anlamına gelen “keş” kelimesinin birleşmesinden meydana geldiği vurgulanmıştır. Sadak ise Moğolcadan Türkçeye geçen bir okçuluk teçhizat terimi olduğu belirtilmiştir (Anık, 2023). Sadak, deri türevi malzemelerden imal edilmiş, üzerine geometrik ve bitkisel motifler işlenmiş “yay kılıfı” olarak tanımlanmıştır (Sarıoğlu ve Özdemir, 2007). Diğer taraftan Sadak ile ilgili “ok kılıfı, ok taşıma kabı, ok torbası” şeklinde açıklamalar da yapılmıştır (Eroğlu ve Puran, 2023).

Dede Korkut Kitabı Türkistan / Türkmen Sahra Nüshası Soylamalar ve 13. Boy; Salur Kazan’ın Yedi Başlı Ejderhayı Öldürmesi hikayesinde ok çantası için Sadak, yay çantası için Kırbân kelimesi kullanılmıştır. Bahsi geçen hikâyede ok ve yay taşıma çantaları ile ilgili ifadeler aşağıda yer verilmiştir (Ekici, 2019).

(Soylama-6) “... Boynuz-ilen burulanda sarı yaylar er kuvveti, bilek güci, küni gelse, demi düşse, ak bilekde, gen dalıda yoşanmasa, **kırbân**-ara götürende sarı yaylar neye yarar,

neye yarar; **sadak**-ara sairinde seksen oklar yağı elçisi, günü gelse, demi düşse, bir merd igid elçilüka göndermese, düşmenini bölük bölük göz öninden dağıtmasa **sadak**-ara sairinde seksen oklar neye yarar, neye yarar...”

“... Ejderhanun derisinden Gazan korku bilmez canına don dikdürdi; akça tozlu katı yayına **kırbân** eyledi, üç yilegli sahar oklarına **sadak** tikdürdi...”

13. yüzyılın başlangıcından 19. yüzyılın ortalarına kadar olan atlı okçu minyatür tasvirlerinde ise ok çantasının yanında ek olarak atıcının sol tarafında ok çantasından daha büyük bir kılıf görülmektedir. Atlı birliklerin ok atışlarını yapmadığı, dörtnala at sürdükleri zaman ve kılıç ile mızrak kullandıklarında yaylarını bu büyük kılıf içine koydukları tasvirlerden anlaşılmaktadır (Yücel, 2015). Diğer taraftan savaş dönemlerinde yaya okçuların, yanlarında daha fazla ok bulundurması için ok çantalarındaki oklarının dışında yay kılıfının alt boşluk kısmını kapatarak yedek oklarını yerleştirdiklerini düşündürmektedir. Bu durumda sadağın birincil olarak yay taşınması, ikincil olarak da yedek ok konulması amacıyla kullanılması muhtemeldir. Bu bağlamda hem ok konulabilen hem de yayın kullanılmadığı vakitlerde konulan kılıf için **sadak** kelimesi kullanılmış olabileceği düşünülmektedir. Nitekim Yücel (2015), “Türk Okçuluğu” eserinin okçuluk terimleri ve deyimleri bölümünde **sadak** için “ok ve yay çantası” ifadesini kullanmıştır. Hülâsa, Türkçe bir ifadeyle ok taşıma teçhizatı olan çanta veya kılıf için “okluk” yay taşımak için “yaylık” kelimesi kullanılabilir. Osmanlı Dönemi’ne ait bir okluk ve yaylık şekil 2.3.’te verilmiştir. (Gurulkan ve ark., 2018).



Şekil 2.3. Okluk ve yaylık

Osmanlı Dönemi'nde ahşap malzemelerden işlemeli ve motifli olarak yapılan ok kutusu veya sandığına “kandil” denilmiştir (Yücel, 2015). Kandil haricinde meşinden yapılan ok boyundan en az üçte iki oranında daha uzun, kapağı olan ok taşıma teçhizatı “kubur” ismiyle anılmıştır. Daha çok atlı okçuların kullandığı bir ok çantası olarak bilinmektedir (Uçar, 2013). Kandili kuburdan farklı kılan özellik ise, içerisinde her ok için delikli bir bölümün yer alması ve okların birbirine temasının en aza indirilmesinin yanı sıra tüylerin yıpranmasını önlemek amacıyla yapılmış olmasıdır (Aktepe, 2012). Bu bakımdan kandil içerisinde yer alan okların diğer ok çantalarındaki oklara göre daha hassas ve güzide oklar olduğu söylenebilir. Nitekim menzil atışlarında kullanılan okların kandillerde muhafaza edilmesi bu konuya verilebilecek bir örnektir. Türk ok atıcısı, okların yer aldığı kılıfını hem yaya hem de at üzerindeyken beline bağlı olarak sağ tarafta taşıırken, yayını ise yine beline bağlı olarak sol tarafta kılıcın biraz gerisindeki yaylık içerisinde taşıdığı tarihi vesikalarda görülmektedir. Bu şekilde teçhizat kuşanma usulü, ok atıcısına yay ve oklarını hızlı ve etkili kullanabilme olanağı sağlamaktadır (Yücel, 2015). Osmanlı döneminde padişahın yakın koruması olan Solaklar Birliği'nin büyük bir çoğunluğu hariç atıcılar genelde sağ el ile okluklarından ok alıp atış yaptığı ve sol elleri ile yayı tuttuğu dönemin minyatürlerinde görülmektedir (Can, 2019). Özetle, ok ve yay çantaları amacına uygun olarak kullanılmış olsa da tarihsel süreç içerisinde farklı form yapılarının yanı sıra değişik isimlerle de anılmıştır.

Geleneksel Türk Okçuluğu, her ne kadar maliyetli ve teçhizata dayalı olarak yapılan bir uğraş olsa da aslan payının yani işin büyük çoğunluğu, süreklilik esası ve çok tekrarlı eğitim metoduna dayalı talim yapan ok atıcısında olduğu okçuluk risalelerinden anlaşılmaktadır. Bu hususa istinaden Kemankeş Mustafa Efendi'nin kavsnâmesinde belirttiği “*Sen idmanı bir gün terk edersen o seni yirmi gün geri bırakır*” sözü durumu özetlemektedir (Vural ve Aksoy, 2021).

2.2.2. Türk okçuluğunun kurumsallaşma süreci ve yaşanan sportif gelişmeler

Osmanlı Devleti'nin kuruluş döneminde hem yaya hem de atlı okçu birlikleri, devletin kurulmasında büyük pay sahibi olarak önemli konumda yer almıştır. Orhan Gazi ve Yıldırım Beyazıt'ın atılımları ile sportif anlamda ilk Atıcılık Meydanı Bursa'da okçulara ve binicilere hususi olarak tahsis edildiği belirtilmiştir (Şahintürk, 2019). Bilhassa Yıldırım Beyazıt, 1396 yılındaki Niğbolu zaferi sonrasında Bursa'ya getirdiği esirlere bu bölgeyi kalburdan geçirip düzelttirdiği ifade edilmiştir. Uzak mesafe yapılan atışlarda ok uçlarının zarar görmemesi maksadıyla atış sahası sınırlarındaki toprağının yumuşatıldığından bahsedilmiştir (Kahraman,

1995). Bahsi geçen Atıcılar Meydanı'nın, Yıldırım Beyazıt Külliyesi'nin alt kısmında olduğu belirtilmiştir (Kunter, 1942). Atıcılar Meydanı'nın günümüzde Bursa'nın Osmangazi ilçesine bağlı Atıcılar Mahallesi sınırları içerisinde olduğu ve bölgenin ismini de buradan aldığı fikri ileri sürülmüştür (Taşkın, 2016). Yıldırım Beyazıt Camii ile bölgedeki hipodrom arasındaki mesafenin yaklaşık 1,6 km olması bu ihtimali güçlü kılmaktadır. Nitekim günümüzde bu bölgede yer alan hipodromda atıcılık ve binicilik faaliyetleri devam ederken, atletizm sahasında modern ve geleneksel okçuluk dallarında resmi olarak ilgili federasyonlar tarafından açık hava yarışmaları düzenlenmektedir (TOF, 2019; TGTOF, 2023).

2.2.2.1. Osmanlı Dönemi

Osmanlı Devleti'nin 14. ve 15. yüzyıllarda topraklarının genişlemesi ile öneme haiz olan Gelibolu ve Edirne'de de atıcılık ve binicilik talim meydanları yapılmıştır. Meydanların vakıf ya da herhangi bir resmi kuruma bağlı sportif teşkilatlanmanın olduğuna dair herhangi bir tarihi kayıt mevcut değildir (Yücel, 2015). Meydanlarda yaya ve at üzerinde yapılan okçuluk oyunu ile idmanların okçu birliklerin savaşa yönelik talim ve tatbikatı olarak ele alınmıştır. Nitekim bu meydanlar, ilk dönemlerde askeri amaca hizmet ederken ilerleyen süreçte sportif müsabakalara ev sahipliği yapmıştır (Gölbaşı, 2018). Okmeydanları içerisinde üçüncü ve merkezi konumda yer alan İstanbul Okmeydanı'dır. İstanbul'un fethi sonrası bahsi geçen alan ile ilgili Fatih Sultan Mehmet Han, ulemaya danışarak Okmeydanı olması talebine istinaden mezkûr meydanı ok atan atıcılara tahsis ettiği belirtilmiştir (Yüksel ve Betin, 2019). Fatih Sultan Mehmet Han'ın bu bölge ile ilgili aşağıdaki buyruğu verdiği bahsedilmiştir (Atabeyoğlu, 1991).

“Haliç sırtlarında, Otağı Hümayunumuzun kurulduğu tepenin düzlüğüne bir Meydanı Kemankeşani yapıla. Üzerinden kuş dahi uçurulmaya. Kemankeşlerim anda yay gereler, ok savurular”

Fatih Sultan Mehmet Han'ın buyruğu üzerine Okmeydanı hudut taşları ile çevrilerek meydana ok atmak ve topyekûn dua edilmesi haricinde kullanılması uygun görülmemiştir. Özellikle mezkûr meydana su yolu, mezarlık, bağ ve bahçe yapılması kesin olarak yasaklanmıştır. Bu bakımdan İstanbul Okmeydanı, Fatih Sultan Mehmet Han'ın buyruğu üzerine İstanbul fetih gazilerinden olan okçulara armağan edildiği fikri hakimdir. Fatih Sultan Mehmet Han'dan sonra gelen padişahlarda Okmeydanı'nın korunması ve amacına uygun şekilde kullanılması için bazı dönemlerde fermanlar çıkarmışlardır (Yüksel ve Betin, 2019).

İstanbul Okmeydanı ile ilgili Anık (2023), fetih için yapılan kuşatma vaktinde Zağanos Paşa'nın askeri birliğinin yer aldığı bir karargâhtan söz etmektedir. Şahintürk (2019) bu bilgiye ek olarak Fetih sırasında II. Mehmed'in bu bölgeye uğramış olabileceği fikrini belirtmiştir. Yine konuya ilişkin yazılan Atıcılar Tezkiresi'nde II. Mehmed'in fetih sırasında mezkûr alanda otağ kurdurduğu ve fetih sonrası meydanın atıcılara verildiği bilgisiyle Atıcılar Tekyesi'ni ele geçiren Okçu ve Yayıcı esnafından meydanı geri almak için bölge stratejik ve tarih bakımından değerli gösterilmeye çalışıldığı şeklinde yorumlamıştır. Okmeydanı ile ilgili öte yandan, İstanbul muharebesi sırasında Osmanlı ordusuna mensup askeri birliğinin havan toplarıyla tabya edildiği yer olarak belirtilmiştir. Fetih sonrası rüzgâra elverişli istikamete sahip belirli bir miktar arazi okçuluk sahası olarak Fatih Sultan Mehmet tarafından okçulara tahsis edildiği ifade edilmiştir (Ülgen, 2018). Fatih devrinde yaşayan ve İstanbul Okmeydanı'nda ilk menzil taşı diktığı kabul edilen Usta Hacı Bahtiyar'ın oğlu Hacı Hasan Çelebi, ünlü ok atıcılarını ve kendi dönemindeki kemankeşleri kaleme aldığı Okçuluk Risalesi'nde fetihden sonra alanın Okmeydanı olduğunu belirtirken, meydanın tarihsel süreci hakkında detaylı bilgiye değinmemiştir (Yüksel, 2017).

Okmeydanı, yalnız ok atılan bir alandan ibaret olmadığı, ahilik ritüelleri çerçevesinde düzenlenen ok koşularını sevk eden idari ve teknik bir kadronun bulunduğu, dikilen menzil taşlarını içinde bulunduran ve hudutları taşlar ile çevrili manevi değeri yüksek bir meydan olduğu izah edilmiştir (Doğan, 2017). Atıcılar sohbet etmek, yemek ihtiyacını görmek, talim teçhizatlarını hazırlamak için Okmeydanı'nda ilk zamanlarda kendilerine bir çardak yapmışlardır. Sivrikoz Çardağı olarak bilinen bu çardağın konumu dönemin devlet erkânlarından olan Vezir İskender Paşa'nın evinin harem girişine yakın olması nedeniyle Paşa tarafından yıktırılmıştır (Acar, 2013). Dönemin Padişahı II. Beyazıt tarafından Amasya'dan gelen misafiri için Okmeydanı'nda verilen yemek ziyafetinde, okçuların İskender Paşa'ya da iki sofraya yemek getirmesinden ve çadırlarda durmalarından dolayı Paşa bu durumdan müteessir olarak Okmeydanı'na bir bina yaptırmak için kendini deruhte eylemiştir (Kocahanoğlu, 2005). Okmeydanı mensupları arasında bölgenin manevi bir değeri olması hasebiyle sığınılacak yer anlamına gelen "Tekye" kelimesinden önce "Kemankeşan" "Tirendâzan" ve "Atıcılar" gibi isimler ile anılmıştır. Dönemin İstanbul Okmeydanı ve Okçular Tekyesi ile ilgili bilgilerden yola çıkılarak görünümüne ilişkin yapılan restitüsyon çalışması aşağıda verilmiştir (Kunter, 1944).



Şekil 2.4. İstanbul Okmeydanı ve okçular tekyesi

İstanbul Okmeydanı'na Sultan II. Beyazıt'ın tahtta olduğu 16. yüzyılın başlangıç döneminde İskender Paşa tarafından inşa ettirilen Tekye içerisine; toplantı ve talim salonları, kütüphane, müze, idari özel daireler, atıcılara ücretsiz yemek dağıtılan yemekhane, yatakhane ve padişahların müsabakaları izlemesi için Hünkâr Kasrı yapılmıştır. Atıcılar Tekyesi, bu kapsamda değerlendirildiğinde dönemin üst düzey bir spor merkezi konumunda olduğunu göstermektedir (Kunter, 1944). Okmeydanı Atıcılar Tekyesi'nde kabza sahibi atıcılar, milli takım statüsünde olan kıdemli usta atıcılar ile teknik heyet yer almaktadır. Tekye'nin iâşe ihtiyacı ise resmi yazı doğrultusunda devlet kurumlardan gelen gıda desteği ile sağlandığı dönemin kayıtlarında görülmektedir (Şahintürk ve ark., 2019). Bu bakımdan Batılıların Avrupa'da okçuluğun ilk resmi kuruluşu olarak kabul ettiği VIII. Henry döneminde kurulan "The Guild of Saint George" adlı okçuluk kulübünün kuruluşundan yaklaşık bir asır önce İstanbul Okmeydanı'nda sportif okçuluk faaliyetlerine başlandığı belirtilmiştir (Özveri, 2008).

Okmeydanı'nda pazartesi ve perşembe günleri ok atışları yapılıp, çarşamba ve pazar günleri dinlenme günleri olarak belirlenirken, diğer günlerde de idmanlara devam edilmiştir. Antrenman planı ve zamanlaması açısından değerlendirildiğinde, atıcılar için atış günlerinden bir gün öncesi dinlenme günü olması üstatlar tarafından atıcıların tam dinlenmelerini ve atış gününe hazır olmaları sağlandığı anlaşılmaktadır (Kocahanoğlu, 2005). Diğer taraftan, usta atıcılar önemli yarışmalar için yaklaşık altı aylık eğitim kampına alınarak beslenme ve uykularına da büyük özen gösterilmiştir. Sporcuların pilav, keşkek ve koyun etini sık tükettikleri, sabahları ise zeytinyağı ile bal karışımı yapıp yedikten sonra idmana geçildiği dönemin yazılan eserlerinde ve arşiv belgelerinde yer almaktadır. Öte yandan Osmanlı

döneminin meşhur ok atıcılarından Tozkoparan İskender'in bir yarışa hazırlık sürecinde Okçular Tekyesi'ne ve diğer ok atıcılara ek erzak takviyesi yapılmıştır. Bu süreçte ok atan pehlivanların oklarını toplayan ve gece yatarken sol kolu üzerine uyumamaları için başında nöbet tutan iki devlet görevlisinin tayin edildiği ve ödeneklerinin de devlet hazinesinden sağlandığı belirtilmiştir (Kunter, 1938; Şahintürk ve ark., 2019; Vural ve Aksoy, 2021). Neticede bahsi geçen dönemde Atıcılar Tekyesi, bir spor kulübü işlevselliği doğrultusunda uzman teknik ve idari kadro ile profesyonel düzeyde yönetilmiştir (Kunter, 1944).

İstanbul Okmeydanı Okçular Tekyesi'nin sportif kulüpleşmesi 16. yüzyılın başlangıcında Tekye'nin yapılmasıyla birlikte tamamlanırken, spor organizasyon ve yarışmaları da Okmeydanı'ndaki resmi kurum olan Tekye'ye bağlanmıştır. Düzenlenen yarışmalar, Atıcılar Reisi öncülüğünde okçuluğa gönül vermiş kabza âşıkları, meydanda hürmet edilen ihtiyarlar, kıdemli atıcılar tarafından sevk ve idare edilmiştir (Atalay ve Akbulut, 2013). Ok koşuları olarak tarif edilen yarışmaların kural ve koşulları, 17. yüzyılın sonlarına kadar meydanda eğitim alan okçulara öğretilen usul ve erkânlar doğrultusunda kadim gelenek üzerine sözlü olarak aktarılmıştır (Kahraman, 1995). Dönemin okçuluk camiasındaki söz sahipleri tarafından belirlenen şartlar ve kuralların yine çoğunluk tarafından kabul görmesi neticesinde yarışmalar icra edilmiştir. Ayrıca yarışmalarda itiraz olması durumunda yarışma öncesi seçilen şahitlerin vermiş olduğu malumatlar doğrultusunda nihai karar verilmiştir (Yücel, 2015).

Osmanlı Devleti'nde 17. yüzyılın ikinci yarısında orduda etkili olan ateşli silahların etkisiyle okçuluğa ilgi ve talepte azalma olmuştur. Bunun neticesinde Okmeydanı'nda ok atan atıcıların sayısında ciddi düşüş yaşanırken meydan usul ve adabı unutulma noktasına gelmiştir. Meydanda atıcıların haricinde dükkânı bulunan Yayı ve Okçu esnafı bu açıklıktan yararlanıp Okçular Tekyesi'nde bulunan resmi evrak ve kayıtları ele geçirmiştir. Ayrıca 15 yıl boyunca atıcılara Okmeydanı'nda ok attırmayıp meydan arazi ve gelirlerini ellerinde bulundurmuşlardır (Yüksel ve Betin, 2019). Dönemin usta atıcılarından olan Kâtip Abdullah Efendi öncülüğünde ve 40 kemankeşin ittifakıyla hazırlanan Kanunname-î Rumat (Atıcılar Kanunnamesi) dönemin Padişahlarına sunulmuş ve onaylatılmıştır. Neticede Atıcılar Kanunnamesi'ne padişahların tuğralarının da eklenmesiyle resmi olarak Okmeydanı ve Tekyesi tekrar atıcıların himayesine geçmiştir. Kanunname'de Padişah II. Süleyman'dan sonra gelen III. Ahmet ve I. Abdulhamit'in de tuğraları bulunmaktadır (Kunter, 1942).



Şekil 2.5. Atıcılar Kanunnamesinde yer alan I. Abdulhamit'in tuğrası

Stratejik bir konumda yer alan Atıcılar Tekyesi'nin yönetim yapısının belirlenmesi ve oturma düzenleri kadim gelenek ve kıdem esasına dayalı olarak Atıcılar Reisi ile meydana nizam verenler tarafından olumlu karşılanarak kabul edilmiştir (Kunter, 1942). Atıcılar Kanunnamesi'nin 1682 yılında yazılmasıyla resmi bir hüviyete sahip olan İstanbul Okmeydanı Okçular Tekyesi, bir okçuluk kulübünün ötesinde iş ve işleyişe sahip olmuştur. Kanunname'de; Payitaht İstanbul dışındaki Okmeydanlarında da geçerliliği olan okçuluk yarışma ve organizasyon yapılmasının kural ve kaidelerinin belli olduğu bir Talimatname, kendi bünyesinde yönetim organlarını ve görevlerini belirleyen bir Ana Statü ile dönemin bilinen ilk ve tek Okçuluk Federasyonu olduğu kabul edilmektedir (Atabeyoğlu, 1988; Kahraman, 1995).

Osmanlı coğrafyasında 17. yüzyılın sonları ile 20. yüzyılın başına kadar Atıcılar Kanunnamesi'ni esas alarak okçuluk yarışmalarının yapıldığı kaynaklarda belirtilmiştir. Nitekim yarışmalar içerisinde özellikle menzil okçuluğunun ön planda olduğu görülmektedir. Bu koşu türünde rekor mesafelere ok atan atıcıların isimleri 1682 yılından 1904 yılına kadar deftere yazılmıştır. Toplamda 3375 nefer atıcı ile tarih not düşülerek Okçuluk Sicil Defteri kapatılmıştır (Bakırcan, 2016). Okçuluk Sicil Defteri'nde yer alan atıcıların çoğunluğunun Payitaht İstanbul'da olduğu, saray içinde farklı kademelerde görev alan şahıslar ve onlara yakın kişilerin fazlalığı dikkat çekmektedir (Anık, 2023). Doğrudan veya dolaylı olarak Osmanlı sarayı ile yakından bağlantılı olarak okçuluğun belirli dönemlerde çoğunlukla İstanbul merkezli yapılması bir nevi saray okçuluğunun etkili olduğunu yansıtmaktadır. Diğer taraftan Osmanlı Devleti sınırları içerisinde yazılan okçuluk ile ilgili kaynakların çoğunluğunun İstanbul ve

yakın vilayetlerden olduğu anlaşılan yazarlar tarafından kaleme alınıp bir kısmın ise padişahlara sunulması bu bölgede güçlü bir bürokratik yapının sağlandığını düşündürmektedir (Kunter, 1942; Yavuz ve Canatar, 2010; Yüksel, 2017; Şahintürk, 2022). Nihai olarak savaş sanatının ve göçebe yaşam biçiminin temel teçhizatı olan ok ve yay, Osmanlı döneminde yaşayan vatandaşların belirli dönemlerde sportif bir uğraşı olmuştur. Göçebe kültürü izlerini taşıyan halk, ata binme ve ok atmada sahip olduğu genetik becerilerini arka planda tutmayıp, bilhassa okçulukta uygulayıcı ve geliştirici bir rol oynamıştır (Atalay ve Akbulut, 2013). Kadim geleneğe dönemin bazı Padişahları da fermanlar çıkartıp gerekli düzenlemelerin yapılmasıyla ok ve yay askeri, iktisadi ve içtimai anlamda toplumun yaşam biçimine katkı sağlamıştır (Kahraman, 1995).

2.2.2.2. Cumhuriyet Dönemi

Türkiye Cumhuriyeti'nin kuruluş dönemlerinde sportif alanda belirli gelişmeler yaşanmış ve 14 Temmuz 1922 yılında 16 spor kulübünün iş birliği ile Türk sporuna yön vermek için "Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı" (TİCİ) kurulmuştur. Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı bu kapsamda "çok sporlu spor örgütü" olarak tanıtılmıştır (SHGM, 2023). Birçok takım ve bireysel sporların çağdaş ve modern olarak yapılması için bildirimler yayımlanmıştır. Özellikle de ata sporlarından güreş, binicilik ve atıcılık (nişancılık) sporları üzerinde çalışmalar yapılmıştır. Türk ulusunun beden terbiyesini sağlamak ve askerî hazırlık için Atıcılık dalında okçuluktan ziyade ateşli silahların eğitimi ön plana çıkmıştır (Özmaden ve ark., 2016). Sportif hareketlenmenin yaşandığı bu yıllarda okçuluğa gönül veren bazı hattatlar ve son okçu aile mensupları kendi aralarında Türk Okçuluğu'nun ihyası için Okmeydanı'nda toplantılar, etkinlikler ve ok atışları yapmıştır (Atabeyoğlu, 1988).



Şekil 2.6. Hafız Kemal Gürses'in Davut Paşa Kışlası önündeki ok atma merasimi

Okçuluk çalışmalarının yapıldığına dair ilgili bir haber bölümüne yukarıda yer verilmiştir (Cumhuriyet Gazetesi, 1937). Tarihi hatıraların yeniden canlanması için önemli adımlar atılmasına rağmen büyük yankı sağlanamamış ve yeterli ilgi görülmemiştir (Revnakoğlu, 1966). İlerleyen süreçte Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün direktifleri doğrultusunda 30 Ağustos 1937 yılında İstanbul Beyoğlu Halkevi binasında “Okspor Kurumu” resmi adıyla kurulmuştur. Osmanlı'nın son okçu ailelerinden olan Vakkas Okatan, İbrahim Özok, Bahir Özok ile Beyoğlu Vakıflar İdaresi Müdürü Halim Baki Kunter, Hattat Necmeddin Okyay ve Hafız Kemal Gürses geleneksel Türk okçuluk sporunu yeniden canlandırmak için tarihi bir misyon üstlenmişlerdir (Kahraman, 1995; Derman, 2004). Okspor Kurumu'nun idari kadrosunda; Halim Baki Kunter, Safi Nüzhet Toksöz, Vakkas Okatan, Vasıf Erkman, Hüsnü Tengüz ve Tahsin Doğsunoğlu görev almıştır. Kuruma tahsis edilen oda içerisine ata yadigarı okçuluk teçhizatlarından bir müze ve tarihi okçuluk kitaplarının getirilmesiyle de bir kitaplık yapılarak faaliyetlere başlanılmıştır (Atabeyoğlu, 1988). Milli Kütüphane'de (1994) kayıtlı albüm içerisinde Okspor Kurumu'na ait konu ile ilgili fotoğrafa aşağıda yer verilmiştir.



Şekil 2.7. Okspor Kurumu'na ait idari çalışma odası

Okspor Kurumu, sportif ve geleneksel usul ok atıcılık saha çalışmalarına başlayınca dönemin gazetelerinde “Okspor Kulübü” olarak da anılmıştır. Bu bakımdan Cumhuriyet döneminin ilk okçuluk kurumu veya kulübü Okspor olmuştur. Bu dönemde Türkiye'nin ilk kadın ok atıcısı ise Betül Diker (Or) olmuştur. Düzenlenen 19 Mayıs kutlamalarında Betül Diker, başarılı ok atışları yaparak Atatürk'ün ilgisini çekmiştir. Atatürk'ün vefatından sonra

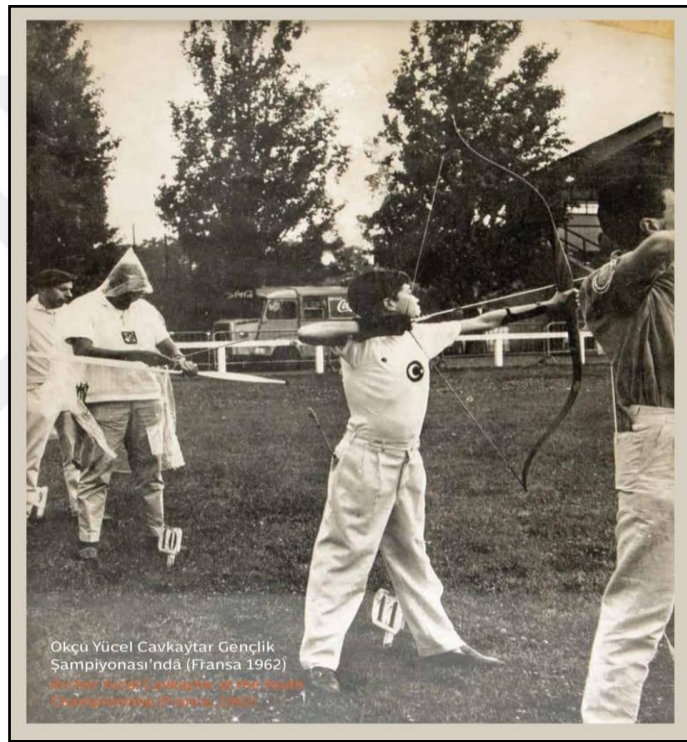
Ankara'dan gelen bir talimat ile Beyoğlu Halkevleri'nde bulunan Okspor Kulübü tahliye gerekçesiyle kapatıldığı belirtilmiştir (Atabeyoğlu, 1988). Diğer taraftan II. Dünya Savaşı'nın başlama süreci ve teçhizat temini ile mali sıkıntılar dolayısıyla saha çalışmalarında duraklama yaşanmıştır. Bu bağlamda Okspor Kurumu, 1937- 1942 yılları arasında varlığını sürdürdüğü ifade edilmiştir (Mutlu, 2023). Bir spor kurumu veya kulübü için her ne kadar kısa bir zaman dilimi olsa da Okspor Kurumu, Cumhuriyet Dönemi Türk okçuluğunun tohumlarını ekmiştir. Bu bakımdan kısıtlı imkân ve şartlara rağmen Osmanlı Dönemi 20. yüzyılının son çeyreğinde dünyaya gelen okçu aile mensupları ile sanat ve ilim sahibi şahsiyetlerce birkaç asırlık yaylar ve oklarla yapılan geleneksel Türk okçuluk faaliyetlerinin kıymetli olduğu düşünülmektedir. Milli Kütüphane (1994) arşivine kayıtlı bulunan Okspor Kurumu üyelerini gösteren bir fotoğrafa aşağıda yer verilmiştir.



Şekil 2.8. Okspor Kurumu yetkilileri ile bazı sporcuları

Okçulukla ilgili çalışmalar, 1954 yılında dönemin Cumhurbaşkanı Celal Bayar'ın desteği ve Fazıl Özok'un girişimleriyle yeniden gündeme gelmiştir (Atabeyoğlu, 1988). Okçuluk, şube olarak Fazıl Özok yönetiminde belirli bir süre Türkiye Atıcılık Federasyonu'na bağlı olarak sürdürülmüştür (TMOK, 2016). İlerleyen süreçte Orgeneral Cemal Gürsel Paşa ile Spor İşleri'nden sorumlu Devlet Bakanı olarak görev yapan Sıtkı Ulay'ın desteğiyle 8 Mart 1961 yılında Türkiye Okçuluk Federasyonu kurularak Fazıl Özok'a başkanlık görevi verilmiştir. İmkân ve şartlardan dolayı geleneksel Türk okçuluğunun yapılamadığı bu yıllarda modern okçuluğa geçiş yaşanmıştır. Okçuluk faaliyetlerine resmi olarak başlayan Türkiye Okçuluk Federasyonu, 1962 yılında Paris'te düzenlenen Avrupa Okçuluk Şampiyonası'nda yer

olarak ilk resmi müsabakasına katılmıştır. Bu yarışmada ay yıldızlı formasıyla ülkemizi temsil eden 14 yaşındaki Yücel Cavkaytar hedef atışında Avrupa Gençler Şampiyonu ve menzil atışı büyükler kategorisinde Yücel Değirmenciler Avrupa ikincisi olmuştur. Elde edilen bu başarılar, Cumhuriyet Dönemi'nde okçuluk spor dalında uluslararası alanda Türkiye adına alınan ilk dereceler olarak tarihe geçmiştir (Atabeyoğlu, 1988). Şahintürk ve ark. (2021) tarafından hazırlanan Okçular Tekkesi Müzesi Kataloğu'nda yer alan Yücel Cavkaytar'ın Avrupa Gençler Şampiyonası'nda ok atarken çekilen fotoğrafı aşağıda verilmiştir. Bu yarışmada Yücel Cavkaytar'ın geleneksel türdeki oklar ve klasik yay kullanarak üç parmak çekiş usulü ile atış yaptığı fotoğrafta görülmektedir.



Şekil 2.9. Yücel Cavkatar'ın Avrupa Gençlik Şampiyonasındaki ok atışı

Geleneksel Türk Okçuluğu, 21. yüzyıla yeni bir sayfa açarak başlamıştır. Yaklaşık 20 yıl önce bu kadim sanatın Türkiye'de yeniden canlandırılması için farklı meslek gruplarından kişiler bir araya gelerek çalışmalara başlamıştır. Yaptıkları saha uygulamaları, atölye çalışmaları ve literatür araştırmalarıyla Kaymakam Fatih Genel, Dr. Murat Özveri, Dr. Yaşar Metin Aksoy, Avukat Mustafa Adnan Mehel, Araştırmacı Zafer Metin Ateş ile Gökmen Altınkulp, ülkemizde atlı okçuluk müsabakalarının resmi olarak yapılmasını sağlayan Sami Genel, Cumhuriyet Dönemi'nin ilk yay ustası kabul edilen Süleyman Cem Dönmez ve Ercan Özek geleneksel Türk okçuluğuna öncülük etmiş isimlerdir (Kemankes, 2005; Tirendaz, 2008; Atlı-okçuluk, 2009). Ayrıca Geleneksel Türk okçuluğunu T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı'na

bağlı olarak sanat dalında temsil eden ve “Geleneksel Türk Okçuluk Sanatçısı” belgesi alan ilk kişi Osman Gözel olmuştur (Öksüz, 2019). Diğer taraftan geleneksel Türk okçuluğunun yeniden canlanmaya başladığı bu dönemde Kanadalı Adam Karpowicz, Macaristanlı Grozer Csaba ile József Mónus, ABD’den Lukas Novotny, Norveç’ten Ivar Malde gibi tanınmış yay ustaları geleneksel Türk yaylarının mürekkep ve lamine olarak yapımını sağlayarak ulusal ve uluslararası arenada yaygınlaşmasına ciddi katkı sağlamıştır. Yaklaşık 10 yıl önce Kore’de yapılan Dünya Geleneksel Okçuluk Yarışması’nda Konya bölgesinden Hasan Koç, hedef atışlarında 1.lik, menzil atışında ise 3.lük elde ederek Türkiye adına geleneksel okçuluk dalında önemli bir başarıya imza atmıştır (Turkish Archery, 2014).

Geleneksel Türk Okçuluğu, yaya ve atlı olarak iki farklı koşulda yapılmaktadır. Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü’ne bağlı olarak 1996 yılında kurulan Türkiye Geleneksel Spor Dalları Federasyonu 9 farklı spor dalında yarışmalar düzenlemektedir. Adı geçen Federasyon, daha çok geleneksel güreş türleri ile atlı sporlara yönelik müsabakalar organize etmektedir. Her ne kadar atlı okçuluk müsabakaları yapılsa da yaya okçuluğu içerisinde yer alan hedef ve menzil atışlarının yapıldığı yarışmalara bahsi geçen Federasyon yer vermemiştir (TGSDF, 2023). Özel olarak düzenlenen geleneksel yaya okçuluk şölen ve yarışmalarına katılım sağlayanların bir kısmı gönüllü ok atıcısı, yay ustası, bir kısmı da atlı okçuluk kulüpleri bünyesinde eğitim veren antrenör ve ok atıcılardan oluşmuştur (Aksoy ve Ateş, 2011). Diğer taraftan 2007 yılında restorasyon çalışmalarına başlanan ve 2013 yılında tamamlanan Okmeydanı ve Okçular Tekkesi halkın hizmetine sunulmuştur. Okçular Vakfı adıyla 2013 yılında spor kulübü olarak yeniden faaliyete geçmiştir. Kurulduğu tarihten itibaren yurt içinde ulusal ve uluslararası özel yarışmalar ve sportif etkinlikler düzenleyerek dünya çapında Geleneksel Türk Okçuluğu’nun yaygınlaşması ve gelişmesine katkı sağlamaktadır (Okçular Vakfı, 2023). Okçular Vakfı bünyesinde 2017 yılında kurulan Okçuluk Araştırmaları Enstitüsü (2023), kuruluş amacını şu şekilde belirtmiştir:

“Okçuluk araştırmalarında uluslararası bilimsel bir merkez haline gelerek, okçuluk araştırmalarına ilgi duyan araştırmacılara çalışmalarını için uygun ortam ve şartları sağlamaktır.”

Günümüzde, özellikle son yıllarda artan tarihi dizi, belgesel ve filmlerin etkisiyle okçuluk popüler spor dallarından birisi olmuştur (Bilim, 2020). Toplumun her kesiminden kadın, erkek, genç ve yaşlı ayırt etmeksizin özel turnuvalarda boy gösterileri yapılmış ve Okmeydanlarında usule uygun ve geçerliliği olan yarışmaların yapılması için resmi bir kurum

çatısı altında birleşme fikri ortaya çıktığı anlaşılmaktadır. Neticede Okçular Vakfı'nın desteği ve ülke genelinde geleneksel Türk okçuluğuna uzun yıllar hizmet etmiş bazı şahsiyetlerin öncülüğünde 2019 yılında “Türkiye Geleneksel Türk Okçuluk Federasyonu” kurularak Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi ile resmî gazetede yayımlanmıştır (TGTOF, 2019).

Bireysel sporlar içerisinde yer alan Geleneksel Türk Okçuluğu, birçok el işçiliğine ait eser mahiyetindeki teçhizatlar aracılığıyla yapılması, onu spordan öte sanat ve kültür alanına taşımıştır. Bu bakımdan Geleneksel Türk Okçuluğu'na özgü başta yaylar ve oklar olmak üzere ok atış ile yarışma türleri ve kıyafet tarzı dünya çapında tanınmasını sağlamıştır. Neticede, Geleneksel Türk Okçuluğu 12 Aralık 2019 tarihinde Türkiye adına Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü (UNESCO) tarafından İnsanlığın Somut Olmayan Kültürel Mirası Temsili Listesi'ne kabul edilmiştir. İlgili kayıt belgesi aşağıda verilmiştir. (Kültür ve Turizm Bakanlığı, 2023).



Şekil 2.10. Geleneksel Türk okçuluğunun UNESCO İnsanlığın Somut Olmayan Kültürel Mirası Temsili Listesine kayıt belgesi

2.2.3. Geleneksel Türk okçuluğu yarışma türleri

Geleneksel Türk Okçuluğu yarışmaları uzak mesafe atışı (menzil) ve hedef vurma olarak iki farklı dala ayrılmaktadır. Uzak mesafeye ok atma yarışı “Hava Koşusu” diye tanımlanırken hedef vurmaya yönelik atışlar “Putu Koşusu” olarak tarif edilmektedir (Kunter, 1942). Bu iki yarışma türü yaya okçuluğu kapsamında yapılmaktadır. Diğer taraftan atlı okçulukta belirli ölçülerdeki küçük silindirik hedefleri vurma için parkur “tabla bendi” olarak

anılırken, ek olarak kabak atışı olarak geçmişte bilinen uzun direğe bağlı hedefe yapılan atışlar için “kabak bendi” parkuru adı geçmektedir. (TGSDF, 2019).

2.2.3.1. Hava koşusu

Osmanlı Dönemi 15. yüzyılın ikinci yarısında Geleneksel Türk Okçuluğu'nun sportifleşmesi ile yarışmalar düzenlenmeye başlanmıştır. Dönemin büyük hedef kitlesine hitap eden ve ilgi gören okçuluk türü “Hava Koşusu” olmuştur. Bu koşuda amaç, atıcının belirli atış noktasından bir ayağını ayak taşına basarak hâkim rüzgârı arkasına alıp okunu bayraklı alan içerisinde en uzak mesafeye atmasıdır. Atış noktası ile okun düştüğü nokta arasındaki mesafe atıcının menzil mesafesi olarak tanımlanmıştır. Bundan dolayı bu koşu türü “Menzil Koşusu” olarak da bilinmektedir (Metin ve Uysal, 2020). Osmanlı Döneminde menzil koşusuna atıcıların dâhil olabilmeleri ve rekor atışların göstergesi olan menzil taşı dikebilmeleri için belli başlı şartları yerine getirmeleri gerektiğini belirtilmiştir. Atıcılar Kanunnamesi'nde yer alan Hava Koşusu ile ilgili şartlar ve beyanlar aşağıda verilmiştir (Kunter, 1942).

Kabza Alma Şartı: Talipli Atıcı; Parpul yerinde durup azmayış oku ile atış yaptığında Hasan taşını on beş gez geçerse 800 gez olur. Hasan Ayak Yeri'nde durup Peşrev (pişrev oku) ile Yalnız Kova'ya ok atıp 900 gez mesafeye ulaşırsa üstadından büyük kabza alıp, cümlesinin rütbe ve derecesine göre elini öpmelidir. Dua edilip Okçuluk Sicil Defteri'ne adı yazılır. Bu kadim bir gelenektir.

Menzil İzni Beyanı: Menzile talip olan Pehlivan öncelikle İhtiyarlar'ın huzuruna gelip “İhtiyarlar, izniniz ve duanız ile hak kazanmış isem filan menzile talibim” diyerek izin talebinde bulunur. Lâyık görülen Pehlivandan az yay çeken talibi yoksa dua edilip izin verilir. Baş taşın sahibi adı geçen menzile durmaz. Ancak, talibi olmasına izin verilir. Talibi ortaya çıkarsa yine “Sabreyle” diye zaman verilir. Menzile durduğunda diğer bir talibi var iken, “Falan zamana kadar sabır eyle” denir. Gerektiği zaman taş süren kişiye dahi “dur!” denir. Dur ikazı söylenmedikçe taş sahibi menzil taşını daha ileri sürmek için çalışır. Sonuç olarak İhtiyarlar izin vermedikçe kim olursa olsun menzile duramaz. Şayet atış için durursa Havacılar ve Pehlivanlar atışına gitmezler ki, bu dahi kadim gelenektir. Ayak yerine durup idman amacıyla dahi ok atmak isterse edebin dışındadır.

Menzil Açmak Şartı: Başlangıçta menzil atışına talip olan kişi bir usta atıcıdan kabza alıp onun emri doğrultusunda çalışması şarttır ki, soru sorulacağı zaman “Filan ustamdır” diyebilsin. Talipli atıcı, yeni bir menzil açmak isterse Heki okuyla 800 gez mesafeye atış yapabilmelidir.

Ucu soyalı yeksüvar oku ile 850 geze atış yapmalı ve pişrev okuyla da 900 geze atış yapması şarttır.

Menzil Taşı Dikme Şartı: Abdullah Efendi Menzili'nin, birinci ve ikincisi arasındaki yayın ağırlığı seksen dört dirhemdir. Her menzil, yine aynı boyda yay olması şartıyla iki dirhem arttırılması gerekir. Yani seksen altı dirhem yay ile baştaki taşa varılması herkes arasında şart olarak belirlenmiştir. Menzil, bu şartlar dışında atılır ise geçersiz sayılıp taş dikilmez.

Menzil Atışında Şahitlik Şartı: Menzil atışı için şu kategorilerden şahitler gereklidir ki; onlar öncelikle deftere kayıtlı Pehlivanlardan Menzil Sahipleri, Müstehikk-i Menzil, Talib-i Menzil ve Vacib-ür Riaye olanlardır. Bu grupların dışında olanların şahitliği geçersizdir. Atıcının, Efendisi için şahitliği uygun değildir. Okçu ve Yayıcı topluluğunun şahitliği de kabul edilmez. Oysa, Okçu kederinden bir Pehlivan ok yapıp kendisi ve başka birisi atış yaptı ise onun şahitliği can baş üzerine kabuldür. Onun dahi oku ile diğer kişi atıp bozulan menzile şahitliği uygun değildir.

Menzil Bozmak Beyanı: Vaktiyle bir Pehlivan, İhtiyarlar izniyle menzile duracağı zaman başlangıçta güzelce abdest alıp salavat ve selam ile başlar. Edepten dolayı ayağındaki ayakkabıları çıkarır. Vakit öğleden sonra ise öğle namazını kılmalı, eğer ikindi vakti ise ikindi namazını kılmalıdır. Yukarıda şart olunduğu üzerine şahitler huzurunda ayak taşı yerinde durmalıdır. Havacılar (hakemler) ve Pehlivan hazır olmalı, ayak yeri ile menzil güzergâhı arasında kimse bulunmamalıdır. Adı geçen Havacılar, Pehlivanların içinden seçilmelidir. Başka bir yabancı olmamalıdır ki, aksi takdirde kötü düşünce olur. O Pehlivan okunu attığı zaman yanında izinli Atıcı varsa birlikte atar. Hak Teâlâ nasip ederse ve menzil atıldığında destar bozular ise atıcılar yayın kirişini gevşetsinler. Menzil bozan Pehlivan üç ok attıktan sonra o dahi yayını gevşetsin. Şahitler topluluğu okun düştüğü yere doğru hareket etsinler. Ana taşından sağ ve sola doğru kırk gez olup, ok bu sınırlar içerisinde olduğu aşikâr ise "*Pehlivan söz yok atmışsın, dikmek şartıyla çıkaralım mı?*" diye soru sorulur. Pehlivan onay verdikten sonra İhtiyarlardan biri veyahut o kimsenin kabza aldığı Üstadı bulunur ise, uygun olan Üstadının oku çekmesidir. Üstat yok ise İhtiyar çekmeli, o mecliste ihtiyar yok ise Menzil Sahibi, o olmazsa menzile layık olanlardan biri ya da Menzile Talipli oku çekmelidir. Ok çekmenin usulü şudur ki; önce temiz abdest alınmalı, oku çekecek kişinin abdesti yok ise üç kere Salavat-ı Şerif getirmelidir. Daha sonra Enfal suresinin 17. ayet-i kerimesi olan "*Ve mâ rameyte iz rameyte ve lâkinnallâhe ramâ*" okunmalıdır. Ardından üç İhlas-ı Şerife, sonra Salavat-ı Şerife getirmelidir. Hz. Muhammed (s.a.v.) ile ehli beytine ve Ashâb-ı Kirâm'a ve cümle o meydandan geçmiş

kimselerin ruhlarına, orada bulunanların gönül arzularına ve Menzil Sahibi Pehlivan'ın gönlü muradına Fatiha okunup sonra mevcut bulunan kimseler üç kere “*Allahu Ekber*” diyerek ok konakladığı topraktan çıkarılır. Okun düştüğü yere güvenilir işaret koyulur. Eğer o Pehlivan menzil taşını dikmez ise bir daha menzil atışına durmamalıdır. Pehlivan başka bir diyâra giderse yerine Vekil koymalı, fakirim derse herkesten belli bir miktar para alınıp iki bin akçeye karşılık taş diktirilir. Havacı, menzil bozulduğunu düşünüp sarık bozup Pehlivanlar üzerine doğru yürüdüğünde okun düştüğü yer hedeflenen mesafeye yakın ya da atış alanı dışında ise taş dikilemeyeceği kararı verilir. Okun düştüğü yer, misal bir taş kalınlığı ya da bir karış fazla ise taş dikilir. Menzilin bozulduğu sanılıp dua edilip ok çıkarılır ve ölçüm yapıldığında istenilen mesafeye ok düşmemişse taş dikilmez. Atıcının, taşını dikmesi ya da taşını ileri sürmesi için özürsüz altı ay süre verilir, ek süre tanınmaz.

Menzil Taşı Dikmenin Şartları ve Şeyh'in Hükmü Beyanı: Bir Pehlivan, menzili geçtiğinde birlik ve beraberlik ile aynı fikirde olunup usule uygun olarak “*Allah mübarek eyleye*” denilir. Tören kurallarına göre menzil taşının dikileceği gün ve ziyafet vakti haber verilir. Pehlivan, öncelikle Meydan İhtiyarlarını ve Pehlivanları ziyafete davet eder. Ardından Havacılar davet edilir ve hizmet edecek kişiler de belirlenir. Atıcı, maddi durumuna göre ziyafet düzenlerken yay ustasını, ok ustasını ve diğer dostlarını da ziyafete davet eder. Atıcı isterse önce yemek ziyafeti verip ardından toplu olarak Menzil Taşı dikeceği yere giderler. Meydan usul ve kaidelerine göre oturma düzeni sağlanır. Menzil atan kişi ayağa kalkıp Şeyh'in karşısına geçer. Şeyh'te ayağa kalkıp “*Pehlivan, bu menzile sen mi attın?*” sorusunu sorar. Atıcı da “*Evet, Allah'ın yardımıyla ben attım!*” der. O menzil güzergâhında taşı olan diğer Pehlivanlar hoşgörülü davranırlar. Muhalif olunması durumunda yazılan meydan kurallarına göre ayak taşında ve hava yerinde bekleyen şahitler dinlenir. Atıcının ayak yerine bastığını, Havacıların sarık bozduğunu, filan usta işi okun saplanma durumuna kadar bilgi verilir. Şeyh, itiraz eden Atıcıya dönerek “*Ne dersin?*” sorusunu iletir. Pehlivanın atışı hakkında verdikleri malumatlar neticesinde dört Havacının şahitliği Şeyh tarafından kabul edilir. Fatiha ve dualar okunduktan sonra bir İhtiyar kalkıp okun düştüğü yere bir işaret çizer ve ardından çukur kazılır. İşaret yerine üç defa Salavat-ı Şerife ile sesli olarak Tekbir getirilip bu minval üzerine “Menzil Taşı” dikilir. Ardından bir Fatiha okunup yola revan olunur. Taşı ileri sürmek dahi bu usule eşdeğerdir. Fakat meydanda her gün bulunan Pehlivanlar ile yemek yenir. Yemekten sonra ok koşusu yapılır. Kâdim geleneğin kanunu budur.

Üçüncü Koşu Beyanı: Aşağı koşu olarak da bilinir. İhtiyarlar arasında yapılan koşu için en düşük sertliğe sahip yay ile çekiş yapan ihtiyarın yayına eşdeğer yaylar ile atışlar yapılır. İhtiyar Atıcı, beş azmayış okunu menzil yönünde sağ ve sol tarafta bayraklarla belirlenmiş 80 gezlik alan içerisinde atar. Okunu en uzağa atan atıcıya ödül verilir ancak ok bayraklı alanın dışına çıkarsa atış geçersizdir.

İkinci Koşu Beyanı: Bu koşudaki Atıcılar az ise dokuz ok, duruma göre eksik ya da fazla ok da atabilirler. Okun, bahsi geçen bayraklı alan içerisine saplanması şarttır ki, aksi durumda atış geçersiz sayılır. Normal şartlarda Heki oku ile atışlar yapılır. Fakat Padişah huzurunda ok atışı yapılırsa pişrev oku ile atışlar gerçekleştirilir.

Birinci (Baş) Koşu Beyanı: Baş koşuda, bin gez ve üzeri ok atmış Pehlivanlar yarışır ve söz ettikleri kadar ok atışı yaparlar. Sınırları bayrak ile belirlenen alan içerisine ok düşürmek şarttır ki, aksi durumda atış geçersiz olur. Oku en uzağa atan Pehlivan koşuyu kazanır. Koşuda baştan ortaya kişi gitmez, ortadan başa doğru sıralama gelir. Menzil Sahibi ortaya atışa durmaz, ancak elzem durumda ihtiyarlar tarafından izin verilir, Az yay, çok yay davası uygundur. Bu koşuda pişrev oku atılır.

Günümüzde, Türkiye Geleneksel Türk Okçuluk Federasyonu tarafından düzenlenen Hava Koşusu ise güvenlik önlemleri alınarak düz, geniş ve muhtelif bölgelerde yapılmaktadır. TGTOF tarafından düzenlenen Hava Koşusu ile ilgili genel bilgiler aşağıdaki tabloda verilmiştir (TGTOF, 2019).

Tablo 2.1. TGTOF hava koşusu genel bilgiler

Yaş Grubu	Hava Koşu Çeşidi	Yay Libresi ve Türü	Atıcıların Ok Atış Sayısı Sınıflandırılması
13 yaş ve altı Karma	Sınırlı Çekiş Kuvveti (Limitli)	35 libre	3 ok
14 -17 yaş arası Karma	Sınırlı Çekiş Kuvveti (Limitli)	50 libre	3 ok
18 yaş ve üzeri Kadınlar	Sınırsız Çekiş Kuvveti (Limitsiz)	Sentetik Yay	400 metre ve altı: 3 ok 400-450 metre arası: 5 ok 450-500 metre arası: 7 ok 500-550 metre arası: 9 ok 550 metre ve üzeri: 11 ok
18 yaş ve üzeri Karma	Sınırsız Çekiş Kuvveti (Limitsiz)	Mürekkep Yay	
18 yaş ve üzeri Erkekler	Sınırsız Çekiş Kuvveti (Limitsiz)	Sentetik Yay	
18-49 yaş arası Karma	Sınırlı Çekiş Kuvveti (Limitli)	50 libre	
50 yaş ve üstü Karma	Sınırlı Çekiş Kuvveti (Limitli)	50 libre	

TGTOF Hava Koşusu ile ilgili yukarıdaki tablo incelendiğinde, Atıcılar 5 farklı yaş grubuna toplamda ise 7 farklı kategoriye ayrılmaktadır. Kategorilerde, libresi (yay çekiş kuvveti) sınırlı olanlar “limitli” olarak tanımlanırken yayın gücü esas alınmadığı kategoriler “limitsiz” olarak açıklanmıştır. Atıcıların hava koşusunda yaş grubu, koşu türü, yay türü ve çekiş kuvveti ile atış mesafelerine göre ok atış sayısınca koşuda yerlerinin aldığı görülmektedir. Hava Koşusu Talimatnamesi’nde yer alan kurallar ile ilgili başlıca maddeler aşağıda verilmiştir (TGTOF, 2019).

5. Madde: Atıcıların Sınıflandırılması

TGTOF tarafından düzenlenen hava koşularındaki atış mesafelerine göre atıcıların sınıflandırması yapıp belirlenen mesafelere ulaşan atıcı bir üst sınıfta yer alır. Koşularda aynı sınıfta yer alan atıcılar aynı periyotla atış yapar ve belirtilen sayıda ok atar.

6. Madde: Hava Koşusu Çeşitleri

Sınırsız Çekiş Kuvveti ve Sınırlı Çekiş Kuvveti olarak ikiye ayrılmaktadır. Bu sınıflandırma yayların çekiş gücüne göre yapılmıştır. Sınırsız çekiş gücünde, yayın gücü ölçülmezken sınırlı çekiş gücünde 35 ve 50 libre sınırı vardır. Bu koşuda sınırsız yay kuvveti kategorisi kendi içinde sentetik ve mürekkep yay olarak ikiye ayrılmaktadır.

6.1. Sınırsız Yay Çekiş Kuvveti: 18 yaş ve üzeri kadınlar ile erkekler kategorilerinde yapılır.

6.1.1. Mürekkep Yay Hava Koşusu (Karma): Hava koşularında Mürekkep Yay sınıfı, en az 10 Atıcı mürekkep yay ile yarışıyor ise ayrı bir kategori olarak değerlendirilir. 10 kişiden az katılımcı olması halinde sentetik yay ve mürekkep yay kullanan atıcılar aynı kategoride yarışır. Mürekkep yay kategorisi ayrı bir kategori olduğundan karma olarak yapılır.

6.1.2. Sentetik Yay Hava Koşusu: Bu kategoride kadınlar ve erkekler ayrı olarak yarışmaktadır. Yay çekiş kuvvetinde bir sınırlama yoktur. Sporcu dilerse siper ile atış yapabilir. Kullanılan siper, kullanım şekli ve siper kullanımını için kabzaya sarılan muşamba geleneksel usullerde olmalıdır. Siper kabza hizasında yani kabzaya temas edecek şekilde olamaz. Teknik hakem heyetinin uygun görmediği malzeme donanımı kullanılamaz. Sahaya saplanmamış oklar ölçüme dâhil edilmez. Ancak zeminde sert bir yüzeye temas edip saplanmadığı tespit edilen oklar ölçüme dâhil edilir. Ok zemine saplandıktan sonra kırılmış ise okun ayak kısmının bulunduğu yer ölçülür. Kaydedilen en uzak mesafeye göre derecelendirme yapılır.

6.2. Sınırlı Yay Çekiş Kuvveti: 50 libre; 14-17 yaş arası, 18-49 yaş arası ile 50 yaş ve üstü karma kategorilerde yapılır. 35 libre; 13 yaş ve altı karma kategorilerde yapılır. Bu kategorilerde kullanılan yayların ölçümleri her sporcunun atış yapacağı en uzun ok boyu ile

kabza gerisinden ölçülür. Ölçümü yapılan yay ve oklara kontrol edildiğine dair numara veya işaret eklenir. Teknik heyetin uygun görmediği malzeme donanımı kullanılamaz.

7. Madde: Ölçüm Yöntemi

Hava koşullarında okların ölçümünde varsa GNSS GPS ölçüm aleti veya 25 metreden aşağı olmayacak şekilde şerit metre kullanılır. Bunların dışındaki ölçüm yöntemleri kullanılmaz.

8. Madde: Koşu Meydanının Düzeni, Boyutları ve Ölçülendirilmesi

Koşu meydanı, okların saplanması uygun olmalıdır. Saha ağaç, tümsek, taş vs. gibi engellerden arınmış olmalıdır. Sahanın salkı genişliği atış çizgisinden itibaren genişleyen “V” biçiminde olur. Sahanın dış çizgileri saha ölçüleri için belirtilen ölçülerde olmalıdır. Saha çizgileri boyunca dışarıdan sahaya herhangi bir canlının girmesini engellemek için gerekli önlemler alınmalıdır. Atıcıların bulunduğu alana bariyerleme yapılarak seyirci ve yarışması olmayan sporcuların girişine müsaade edilmez. Atış çizgisinin 1 metre gerisinde Üstat (Antrenör) için bir çizgi yer alırken 5 metre gerisinde ise bekleme çizgisi bulunur. Atış çizgisinin önünde de 5 metre çizgisi bulunur. Saha atış çizgisinden başlayarak 300 metreden sonra 25 metre aralıklar ile sahayı enine bölen çizgiler yer alır. Saha boyunca ise 50 metre aralıklarla yelken bayrak olmalıdır. Atış istikameti yönünde saha sonunda atış yönünü belirleyen ve atış çizgisinden atıcının görebileceği şekilde belirli yükseklikte direk üzerine 150 cm x 100 cm ebatlarında kırmızı renkte bayrak yer alır. Teknik kontroller için atış çizgisinde hakem masası bulunur. 400, 450, 500 ve 550 metrede her iki tarafta olacak şekilde havacıların durması için güvenli gözlem noktası hazırlanır.

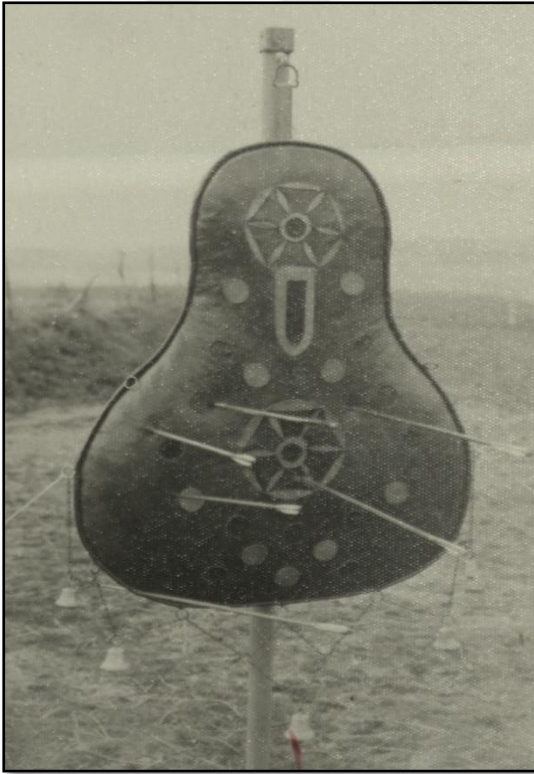
2.2.3.2. Puta koşusu

Osmanlı Dönemi Atıcılar Kanunnamesi'nin 17. bölümünde Puta Koşusu ile ilgili beyan yer almaktadır. İlgili beyanda puta atış kuralları ve şartları belirtilmiştir. Ayrıca kanunnamenin son bölümünde ok atılması gereken mesafe bilgisinden de bahsedilmiştir. Bahsi geçen puta beyanı aşağıda verilmiştir (Kunter, 1942).

Putu Koşusu Beyanı: Putu koşusunda otuz ok atılır. Hatip Suffası'nda bir buçuk kement boyu geride oturulup bir kement boyu ip altından ok atılır. Hedefi en fazla vuran Atıcı koşuyu kazanır. Hedef, en az üç kez vurulması gerekir. Atıcıların, hedefi vuran ok sayıları eşit ise Atıcılar beraber tekrar ok atarlar. Koşu, putayı en fazla vuran Atıcının tek başına kalmasına kadar devam eder. Hedef, üçten aşağı ok sayısınca vurulursa galibiyet verilmez. Bu resmi kadim

gelenektir. Bu koşuda 300 gez uzaklıktaki hedefe puta oku ile başarılı atış yapanlar Atıcılar mertebesine kabul edilir.

18. yüzyılın son çeyreğinde Fethizâde Seyyid Mustafa Efendi tarafından yazılan Okçuluk Risalesi eserinde, kabza alma merasimi öncesinde Puta Koşusu yapılmasına dair devlet erkanı tarafından talimat verildiği ve atıcılar için defter açıldığından bahsedilmektedir. Zaman kısıtlı olduğundan toplamda 42 ok atıcının 15'er ok atışı yapması ve takım atışlarına da vakit kalması gerektiği yazılmıştır. Puta Koşusu'nda Seyyid Mehmet Ağa adında bir atıcının putaya 7 isabetli atış yaptığı da belirtilmiştir (Şahintürk, 2022). Her ne kadar Puta Koşusu yapılmış olsa da Menzil Koşusu'nda olduğu gibi defter açılıp resmi kayıt altına alındığına dair belgelere ulaşılamamıştır. Esasen puta koşusunda da atışların yapıldığı, usta atıcıların isimleri kaynaklarda belirtilirken bu koşu türünde yapılan resmi yarışmaların şartnamesi, dereceye giren atıcıların isimleri ile sıralaması mevcut değildir. Hava koşusunda atış yapan bazı atıcıların puta koşusunda da başarılı ok atışı yaptıklarına dair notlar dönemin kaynaklarında görülmektedir (Bakırcan, 2016). Menzil koşusunda nişane olarak taş dikilirken, puta koşusunda rekor isabet atışı yapan ya da en uzak mesafedeki hedefi vuran atıcılara ait tarihi bir vesikaya rastlanılmamıştır.



Şekil 2.11. Okspor Kurumu dönemine ait puta (sol tarafta)

Şekil 2.12. 18-19. yüzyıllara ait Askeri Müze'de yer alan puta (sağ tarafta)

Dönemin ok atılan hedefi “Puta” kelimesi ile izah edilirken yukarıda görülen Topkapı Sarayı Askeri Müzesi’nde Osmanlı Dönemi 18-19. yüzyıllara ait olduğu düşünülen bir hedef minderi mevcuttur. Ayrıca Okspor Kurumu döneminde atış yapılan puta ile ilgili fotoğraf Milli Kütüphane (1994) arşivinde yer almaktadır. Deri kaplamalı, küçük ve büyük dairelerin yer aldığı puta üzerinde ayrıca zincirler ile zillerin bağlı olmasıyla kendine has bir özellik taşımaktadır (Yücel, 2015). Osmanlı döneminde putanın atıcıların atış noktası olan minber sofasına 300 gez (ortalama:183 m.) mesafe uzaklıkta ve yüksek bir konumda yer aldığından bahsedilmektedir. Zamanlama konusunda atılan okun hedefe ulaşip ulaşmadığı kanaatine varmak için zincir ve zillerin eklendiği buna bağlı olarak hedefe isabet eden okun ses çıkarmasıyla teyit edildiği belirtilmiştir. Hedef okçuluğuna göre atış mesafesinin oldukça uzak bir mesafede olmasından dolayı atılan okların isabeti hususunda kesin hükmü ancak hedefe yaklaştıklarında verdikleri anlaşılmalıdır (Acar, 2013).

Günümüzde Türkiye Geleneksel Türk Okçuluk Federasyonu açık ve kapalı saha olmak üzere iki farklı alanda Puta Koşusu düzenlemektedir. Puta koşusunda, katılımcıların kıyafetleri Türk tarihi içerisinde bir dönemi yansıtmaları gerektiği ayrıca vurgulanmıştır. Düzenlenen “Açık Hava Puta Koşusu” ile ilgili genel bilgiler aşağıdaki Tablo 2.2.’de verilmiştir (TGTOF, 2019).

Tablo 2.2. TGTOF açık hava puta koşusu genel bilgiler

Yaş Grubu	Kategori	Mesafe	Ok Sayısı			Puanlama	Puta Ölçüsü
			Sıralama	Eleme	Takım Eleme		
8-9	Minik Kız Minik Erkek	25 m	7 ok x 7 seri	Yok	Yok	İsabet (1) Iska (0)	110 x 77 x 20 cm
10-11	Minik Kız Minik Erkek	30 m	7 ok x 7 seri	Yok	Yok		
12 -13	Minik Kız Minik Erkek	35 m	7 ok x 7 seri	7 ok	9 ok (3*3*3)		
14 – 15	Yıldız Kız Yıldız Erkek	40 m	9 ok x 7 seri	9 ok	9 ok (3*3*3)		
16 - 17	Genç Kız Genç Erkek	50 m	9 ok x 7 seri	9 ok	9 ok (3*3*3)		
18 yaş ve üzeri	Büyük Kız Büyük Erkek	60 m	9 ok x 7 seri	9 ok	9 ok (3*3*3)		
		70 m	9 ok x 7 seri	9 ok			

Açık Hava Puta Koşusu ile ilgili yukarıdaki tabloda, atıcıların 6 farklı yaş grubu olmak üzere kızlar ve erkekler kategorisi olarak ikiye ayrılmıştır. Miniklerden yetişkin yaş grubuna doğru gidildikçe atış mesafeleri artmıştır. Diğer taraftan yarışma boyunca toplam atılan ok sayısı minikler kategorisinde 49 iken, yıldızlar, gençler ve büyükler kategorisinde ise 63 olduğu görülmektedir. Puanlama sistemi ve hedef ölçüleri tüm kategorilerde aynı olduğu belirtilmiştir. Minikler (8-9-10-11) yaş gruplarında bireysel ve takım eleme atışları yapılmazken diğer kategorilerde bireysel ve takım eleme atışları yapılmaktadır (TGTOF, 2019).

Salon Puta Koşusu ile ilgili genel ilgili genel bilgiler ise aşağıdaki Tablo 2.3.'te verilmiştir (TGTOF, 2019).

Tablo 2.3. TGTOF salon puta koşusu genel bilgiler

Yaş Grubu	Kategori	Mesafe	Ok Sayısı			Puanlama	Puta Ölçüsü
			Sıralama	Bireysel Eleme	Takım Eleme		
8-9	Minik Kız Minik Erkek	18 m.	5 ok x 7 seri	Yok	Yok	2-1	110 x 77 x 20 cm
10-11	Minik Kız Minik Erkek	18 m.	5 ok x 7 seri	Yok	Yok	2-1	
12 -13	Minik Kız Minik Erkek	18 m.	5 ok x 7 seri	7 ok	9 ok (3*3*3)	3-1	
14 - 15	Yıldız Kız Yıldız Erkek	18 m.	5 ok x 7 seri	9 ok	9 ok (3*3*3)	3-1	
16 - 17	Genç Kız Genç Erkek	18 m.	5 ok x 7 seri	9 ok	9 ok (3*3*3)	3-1	
18 yaş ve üzeri	Büyük Kız Büyük Erkek	18 m.	5 ok x 7 seri	9 ok	9 ok (3*3*3)	3-1 3-1	

Salon Puta Koşusu ile ilgili yukarıdaki tabloda, sporcuların yaş grupları ve kategorileri açık hava puta koşusundaki ile aynıdır. Tüm yaş grupları ve kategorilerin atış mesafesi 18 metre olarak belirlenmiştir. Salon Puta Koşusu atış mesafesinin modern okçuluk salon yarışmalarındaki atış mesafesi ile aynı olduğu görülmektedir. (TOF, 2023). Tüm atıcıların sıralama atışlarındaki ok sayıları 5 ok x 7 seri ile toplamda 35 ok ile sabit tutulmuştur. Puanlama sistemi Minikler (8-9-10-11) yaş grubunda 2-1 diğer yaş grup ve kategorilerde ise 3-1 olarak belirlenmiştir (TGTOF, 2019).

2.2.3.3. Kabak atışı oyunu-kabak bendi koşusu

Bozkır atlı yaşam kültürünü gittikleri her bölgede ve topraklarda yaşayan Türkler, savaşlarda karşılaştıkları zorlukları aşabilmek için idman ve tatbikatlar yapmışlardır. Özellikle kale ve surların ele geçirilmesi için atlı birliklerin hareket kabiliyetleri ve kısa sürede yapılan isabetli atışların arttırılması hedeflenmiştir. Bu hususta idmanlar, at meydanı ya da mesire alana bir direk dikilmesi ve uç noktasına da bir hedef konulması ile kabak okçuluğunun serüveni başlamıştır (Kahraman, 1995). Özellikle 13. ve 17. yüzyıllarda Türk hâkimiyet bölgelerinde yaygın olarak atlı okçunun hareket halinde olduğu, hedefin ise durduğu bu oyun oynanmıştır. Memlûkler döneminde etkili olarak icra edilen Kabak Oyunu ile ilgili dönemin Memlûk Silahşoru Tayboğa, Bugyetü'l-Merâm Gayetü'l-Garâm adlı eserinde aşağıdaki bilgileri kaleme almıştır (Yıldıran, 2012).

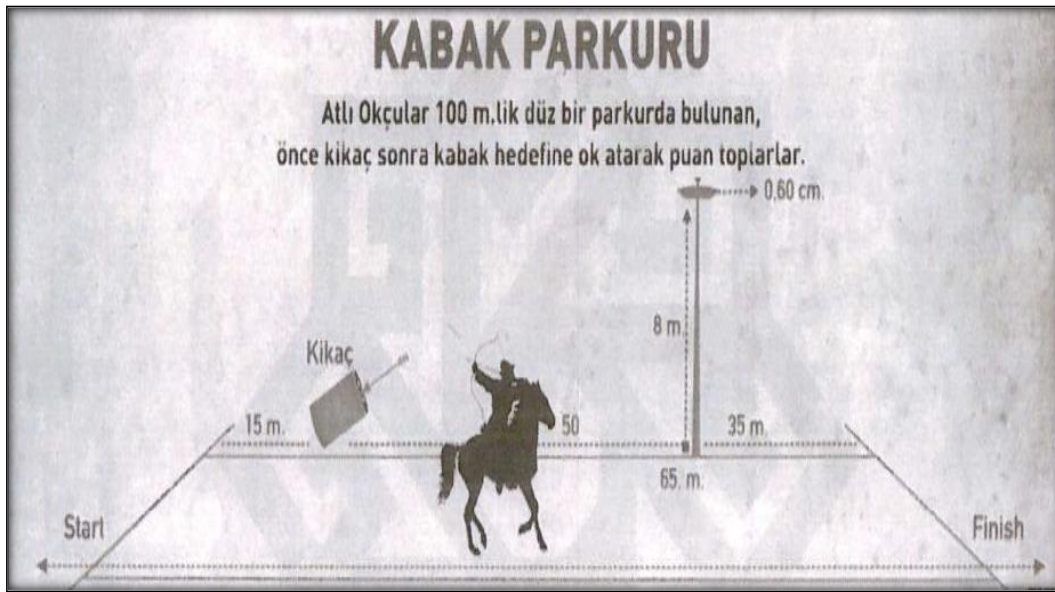
“Bu kabağî tabirini Türkler ve Tatarlar bulmuşlardır; Arab dilinde karşılığı yoktur. Türk beğleri direk dikerler, başına bir kabak geçirirler ve düğünlerinde, eğlence zamanlarında ona ok atarlar.”

Osmanlı'da, menzil ve puta koşuları bir yarışma formatında yaya olarak yapılırken, kabak atışları ise iki canlının yekvücut olarak yani hem binici hem de at ile sergilediği bir okçuluk oyunudur. Şenlik havasında yapılan oyunda devletin askeri gücünün önemli bir kolunu teşkil eden sipahiler veya süvariler (atlı okçular) ve cündiler (biniciler) gövde gösteri yaparak hünerlerini sergilemiştir (Zorba, 2014). Askerî açıdan ele alındığında kabak oyununda yapılan ok atışları ile dönemin ordu mensupları ve devlet erkânının fiziksel, zihinsel ve ruhsal olarak askeri gücün gösterisine şahit oldukları ve topyekûn moral sağladığı fikri düşünülmektedir.

Osmanlı döneminde kabak atışları genellikle özel günlerde tertip edilen organizasyon içerisinde yer alan oyun mahiyetinde icra edilmiştir. Dönemin sivil halkı, askerleri ve devlet erkânı tarafından ilgi gören atlı okçuluk hedef atışı oyunudur. Okçuluk ve biniciliğe ilgi duyan bazı Padişahlar da kabak atışlarına dahil olup bazen özel günlerde bazen de sefere gidiş ve dönüşlerde atış yapmışlardır (Özgen, 2010). Atlı okçulukta, dörtnala sürülen at ile direğin bir arşın yanından geçerken su kabağına yaklaşıldığında atın boynuna yaslanılarak nizami atış yapılmaktadır. Kabak oyunu, savaş talimi olarak görülmekle birlikte atlı okçuların ve binicilerin yeteneklerini göstermek ve eğlenmek için yapıldığı da söylenmektedir (Acar ve Özveri, 2017).

Günümüzde ise Türkiye Geleneksel Spor Dalları Federasyonu'nun düzenlediği atlı okçuluk yarışmalarında “tabla bendi” ve “kabak bendi” olarak iki farklı kategoride yarışmalar

yapılmaktadır. Kabak atışı parkurunda hamle komutu ile atlı okçu atını parkur içine sürer, önce geriye dönük yere sabitlenen “kikaç” adı verilen hedefe bir ok atışı yapar. Ardından dörtnala koşan atının boynuna yaslanarak parkurun ortasına yakın noktada yer alan direğin tepesindeki tepsi görünümlü hedefe atışını gerçekleştirir. Başlangıç ve parkur sonundaki çizgi üzerinde yer alan fotosel cihaz ile atlı okçunun parkuru ne kadar sürede tamamladığı da kaydedilir. Puanlama, hedef merkezine isabetli atışın yakınlık durumuna göre, nizami olarak atın boynuna yaslanarak atış yapmasına ve parkur sonundaki atlı okçunun bitiriş süresine göre değerlendirilir. Kabak parkuru ile ilgili saha ve ölçümler aşağıdaki şekilde verilmiştir (TGSDF, 2019).



Şekil 2.13. Kabak parkuru

2.2.3.4. Darp atışı

Sert cisimleri delmek amacıyla yapılan darp atışları, sportif yarışma dışında güç ve gövde gösterisi olarak karşımıza çıkmaktadır. Tarihsel süreç içerisinde bu atış türü savaşlarda düşman askerlerinin demir, çelik veya tunç gibi malzemelerden yapılan zırh, kalkan ve miğferlerini delmek için yapıldığı fikri üzerinde durulmuştur (Acar ve Özveri, 2017). Bu atış türünün yazılı kaynaklarda ortaya çıkışı net olmamasına rağmen Selçuklular döneminde askeri bir idman olarak yapıldığını düşünülmektedir (Tunç, 2000). Darp atışlarında kullanılan okların belirli özellikleri dikkat çekmektedir. Diğer ok türlerine nazaran temreni uzun, usturalı, neşterli, baklava dilimli görünümü ve sert madde yapısına sahip olmasıyla hedef üzerinde delme ve imha etkisi üst düzeydedir. Yine diğer atış türlerine göre daha sert çekiş kuvvetine sahip ve tımarlı yayların bu atışlarda kullanıldığı belirtilmiştir (Vural ve Aksoy, 2021).

Hedef olarak tunç zil, demir saban, kalkan, ağaç kütüğü ve ayna denilen tunç levhalara atış yapıldığına dair müzelerde bazı numuneler mevcuttur. Yakın mesafeden yapılan darp atışlarında atıcıların hüner ve güçlerini gösterebilmeleri için, okun sert hedefi delmesi ve arka bölümünden mümkün olduğu kadar okun öteye gitmesi amaçlanmıştır (Yücel, 2015). Atışların başarılı olması için ok ve yayın sağlamlığının yanı sıra atıcının ok atışını kontrollü ve nizami yapmasıdır (Acar ve Özveri, 2017). İstenilen atışın yapılabilmesi için atıcının idman dönemini kadim geleneğe özgü berk yay çekiş ve yumuşak yay ile sandığa atışlarını bir fiil sürdürüp başarı ile tamamlamasının ardından darp atışına geçmesi gerektiği vurgulanmıştır. Aksi takdirde atıcının darp atışlarında başarısız olacağı ya da atışın kaza ile sonuçlanacağı açıkça ifade edilmiştir. Özellikle darp atışında okların temrenlerinin sağlam olması gerektiğinden bahsedilirken başarısız bir atış olması durumunda okun ayna hedeften geriye sekmesi söz konusu olacağı ve atıcının göz kaybına yol açabileceği belirtilmiştir (Vural ve Aksoy, 2021).

2.2.4. Modern okçuluğun doğuşu ve gelişim süreci

Avrupa’da VIII. Henry döneminde batı okçuluğu değişim ve dönüşüm yaşayarak farklı bir sahada uygulanmaya başlamıştır. İngiltere’de sportif okçuluğun adımlarının atıldığı ve okçuluk loncalarının kurulmaya başlaması ile 16. yüzyılın yarısında batı okçuluğunun temsilcisi olan İngilizler kendilerine özgü ok atış tekniği ile yarışmalar düzenlemiştir. Bu sportif atılım ile kurumsallaşma dönemi, Avrupa’da okçuluğun sportif anlamda başlangıç noktası olarak kabul edilmektedir (Cummings, 1960). Çağdaş spor anlayışının ortaya çıkmasıyla birlikte özellikle 19. yüzyıl batı dünyası ve Amerika’da yaşanan gelişmeler modern okçuluk spor dalının da doğmasını sağlamıştır. Olimpiyat oyunlarının yeniden gündeme geldiği bu dönemde batılı bilim insanları yine batı dünyasının modern yaşam tarzını ve geleneğini de bu kimlik içine aldığına dair izlere rastlanmaktadır. Washington Kongre Kütüphanesi’nde yer alan ve 1870 yılında yazılan “Archery Rules” (Okçuluk Kuralları) adlı kitapta modern okçuluk hakkında günümüzde de hâlen devam eden bazı temel bilgilerin yer aldığı görülmektedir. Eser içerisinde okçuluk ekipmanlarının tanıtımı ile kadın ve erkeklere göre ayrı standart ölçülerde ekipman bilgileri yer almaktadır. Dönemin ok atışı yapılan hedefi ve hakkındaki bilgiler aşağıda verilmiştir (Hinrichs, 1870).

“Hedef samandan yapılmış olup ip ile eşit bir şekilde bağlanmıştır. Düz bir disk oluşturacak şekilde kendi üzerine bükülür ve daha sonra bir tarafı altın veya orta kırmızı, mavi veya iç beyaz, siyah ve beyaz olmak üzere beş adet eş yönlü halkayla boyanmış tuvalle kaplanır. Bunlar halkaların tümü, hedefin kendisinin çapı bir ila dört fit arasında olacak şekilde

tamamen aynı genişlikte olmalıdır. Puanlamada halkalara şu değer verilir: Sarı: 9, Kırmızı: 7, Mavi: 5, Siyah: 3, Beyaz: 1 puan” olarak belirtilmiştir.



Şekil 2.14. Archery Rules kitabında yer alan hedefin görünümü

Yazıldığı dönemde okçuluğun İngiliz sporlarının ilki ve Amerika’da popüler hale geldiği ifade edilen Okçuluk Kuralları eserindeki bilgiler ışığında, günümüz modern okçuluk yarışmalarında kullanılan hedef yüzlerinden (1-10) puanlamalı hedeflerin esin kaynağı olduğu düşünülmektedir. Dönem içerisinde hedef yüzünde puanlamalara çift sayılarında dahil edildiği görülmektedir. Bunu yanı sıra hâlen aynı renklerin ve puanların günümüzdeki hedef yüzlerinde kullanılması kayda değerdir. İlgili eser bir diğer noktadan değerlendirildiğinde, hedef atışlarının yanında uçuş çekimi (menzil) atışları hakkındaki bilgilere de yer verilmiştir. Bay Ford adında bir okçunun 68 librelilik bir yay ile 308 yards mesafeye, Bay Froward okçunun ise 1801 yılında 63 librelilik bir porsuk yayı ile 340 yards mesafeye atış yaptığı ifade edilmiştir. Ek olarak ilgili eserin son bölümünde okçulukta kullanılan terimler sözlüğü bulunmaktadır. Günümüzde modern okçuluk içerisinde hâlen kullanılan okçuluk terimlerinden yay kanatları “limbs” yay gövdesi “handle” ok arkılığı “nock” yay üzerindeki çentik noktası “nocking point” olarak ifade edilmiştir (Hinrichs, 1870).

Avrupa’da 19. yüzyılda yapılan okçuluk etkinlikleri, giyim kuşam tarzı ve o dönemde yazılan bazı okçuluk kaynakları referans alınarak modern okçuluğun 20. yüzyılda kurumsal bir kimliğe bağlı olarak ve dünya çapında yarışmaların yapıldığına dair izlere rastlanılmaktadır. Nitekim Avrupa’da 19. yüzyılda yayınlanan kitap ve dergilerde okçuluğun kadınlar için en uygun aktivitelerden biri olduğu hem sağlık hem de estetik açıdan tercih edilmesi gereken bir

spor dalı olduğu vurgulanmıştır. Bunun yanında okçulukta aceleci hareketlerin olmaması, aşırı şiddet çabasının yer almaması, çok fazla terletmemesi ve yorucu olmaması bir tercih sebebi olarak görülmüştür. Ayrıca ok atışın zarif, ahenkli hareketler ile yapıldığına dair yazılar kaleme alınmıştır. Kadınların ilgi duyduğu bu sporda, kıyafetlerinde okçuluğa uygun ve yakışır olması gerektiği üzerinde durulmuştur. Okçuluk bu dönemde, orta ve üst sınıftaki kadınların saygın bir şekilde katılabileceği birkaç rekabetçi ve atletik spor aktiviteleri içerisinde yer almıştır (Sachers, 2021). Royal Albert Anıt Müzesi'nde bulunan ve William Powell Frith tarafından 1872 yılında yapılan "The Fair Toxophiles" isimli resim çalışmasında ok atışı yapan kadın okçuların beyaz kıyafetleri dikkat çekmektedir (Royal Albert Memorial Museum, 2009).



Şekil 2.15. The Fair Toxophiles / İngiliz kadın okçular

İngiltere'de okçuluk, Napolyon Savaşları (1803–1815) sırasında azalırken, 1820 ve 1830'lu yıllarda kalan az sayıdaki okçuluk topluluklarının çoğu kadınları aktif üye olarak kabul etmemiştir. Sadece Kral IV. William (1830-1837) ve Kraliçe Victoria'nın (1837-1901) hükümdarlığı himayesi altında eğlence amaçlı okçuluk, kadınlara da fayda sağlamak için sportif bir hareketlilik yaşamıştır (Sachers, 2021). Dönem içerisindeki yaşanan bu gelişimler neticesinde 1896 yılında Olimpiyat Oyunları'nın başlamasıyla birlikte kadınlara da yarışma hakkı tanınmıştır. Avrupa ve Amerika ekseninde başlayan Olimpiyat Oyunları'nda ikinci sırada okçuluk spor dalına yer verilirken yarışma kurallarının ise yine batı dünyasındaki kaynaklara dayalı olarak tasarlandığı anlaşılmaktadır. Okçuluk spor dalına 1900, 1904, 1908 ve 1920 yıllarında düzenlenen Olimpiyat Oyunları'nda yer verilirken 1920 ile 1972 yılları arasında ise

dahil edilmemiştir. Olimpiyat Oyunları'na 1972 yılında okçuluk branşının yeniden eklenmesiyle ivme kazanmıştır (Olympic Games, 2023). Bu dönemde de okçuluk yarışmalarına katılan sporcuların beyaz kıyafetleriyle ok atışı yaptıkları görülmektedir. Modern okçuluk yarışma kıyafetinin kökenine bakıldığında özellikle İngiltere'nin kültür ve geleneğinden izlere rastlanılmaktadır. Londra Müzesi'nde 1954 yılında bağışlanan Kraliçe Victoria Dönemi'nde Fanny Givern (1833-1863) tarafından giyilen orijinal kadın okçu kostümü mevcuttur. Bahsedilen kostümün fotoğrafına aşağıda yer verilmiştir (Londra Müzesi, 2021).



Şekil 2.16. Fanny Givern okçusuna ait okçuluk kıyafeti

Türkiye'de 1930'lu yıllarda geleneksel okçuluğu canlandırmak için atılım yapan ve neticesinde Okspor Kurumu'nu kuran temsilcilerin de beyaz kıyafetler ile atış yaptıkları arşivde yer alan fotoğraflardan anlaşılmaktadır (Milli Kütüphane, 1994). Çağdaş ve modern okçuluğun beyaz kıyafet anlayışı, dönem içerisinde yeniden canlandırılmakta olan geleneksel okçuluğa da tesir ettiği düşünülmektedir. Nitekim okçuluk yarışmalarında beyaz kıyafet zorunluluğu uzun yıllardan beri devam etmektedir. Günümüzde halen ferdi olarak (kulüp sporcuları hariç) modern okçulukta makaralı yay ve klasik yay klasmanında yarışan sporcuların yarışma kıyafetlerinin beyaz olma şartı geçerliliğini sürdürmektedir. (TOF, 2019).



Şekil 2.17. Okspor kulübü temsilcilerinin beyaz kıyafetleri ile ok atışı (sol tarafta)



Şekil 2.18. TOF açık hava Türkiye şampiyonası (sağ tarafta)

Okçuluk, 20. yüzyıl başlangıcında batılı ülkelerin öncülüğünde gerçekleştirilen Olimpiyat Oyunları'na dâhil edilerek modern spor dalları arasında ikinci sırada yer almıştır. Uluslararası Okçuluk Federasyonu (FITA), 1931 yılında 7 ülkenin katılımı ile Polonya'nın Lwow şehrinde yapılan toplantı neticesinde resmi kimlik kazanmıştır (WA, 2023). Türkiye ise 16. üye ülke olarak 1955 yılında Uluslararası Okçuluk Federasyonu'na katılım sağlamıştır (TOF, 2023). 2005 yılında yapılan Dünya Okçuluk Federasyonu seçimleri sonucunda Türkiye Okçuluk Federasyonu eski başkanı Prof. Dr. Uğur Erdener, başkan seçilerek Dünya okçuluğunu yönetmeye başlamıştır ve hâlen aktif olarak görevini sürdürmektedir (TMOK, 2016).

Okçuluk sporunda 1960'lı yıllarda batılı bilim insanlarının ar-ge çalışmaları neticesinde dış bükey kanatlı Türk yayı formuna sahip, ahşap ve karbonfiber katmanlı, nişangâh mekanizması olan İngiliz yay çekiş stiline göre tasarlanmış yaylar ve karbonfiber oklar ile yapılan klasik okçuluk, dünya çapında düzenlenen Olimpiyat Oyunları'nda "Olimpik Okçuluk" olarak geçerli sayılmıştır (Atabeyoğlu, 1988). Süreç içerisinde av, atıcılık ve okçuluk sahalarında makara sisteminin yer aldığı kanat mekanizması, mercekli nişangah, bilek desteği ve işaret parmaktan tetik ile atışın yapıldığı makaralı yay kullanılmaya başlanmıştır. Nitekim günümüzde modern anlamda ulusal ve uluslararası yapılan okçuluk yarışmaları bu iki yay kategorisine göre düzenlenmektedir (WA, 2023). Bu bağlamda Türkiye Okçuluk Federasyonu,

günümüzde Dünya Okçuluk Federasyonu'nun belirlediği yarışma ve kurallarına bağlı olarak Klasik ve Makaralı Yay kategorilerinde yarışmalar organize etmektedir. Okçuluk, bireysel olarak yapılan bir spor olmakla birlikte hedef kitle yelpazesi de oldukça geniştir. Yarışmacıların yaş aralığı 9 ila 40 yaş ve üzeri, kadınlar-erkekler olmak üzere yaş ve yay kategorilerine ayrılmaktadır. Ayrıca tekerlekli sandalyeli bireylerin de yarışabileceği okçuluk branşında paralimpik okçuluk kategorisine yer verilmiştir (TOF, 2023).

2.2.5. Modern okçuluk yarışma türleri

Modern okçulukta yarışmalar, klasik ve makaralı olmak üzere iki farklı yay kategorisinde yapılmaktadır. Saha açısından açık ve kapalı olmak üzere iki farklı konumda yarışmalar organize edilmektedir. Klasik yay kategorisinde yapılan yarışmalar ile ilgili genel bilgilere aşağıda yer verilmiştir (TOF, 2023).

Klasik yay açık hava yarışmaları

- Açık hava yarışmalarında 70-60-50-30-20 metre mesafeden yaş gruplarına göre atışlar yapılmaktadır.
- Minikler (9-10-11-12 yaş), Yıldızlar U15 (13-14 yaş), Kadetler U18 (15-16-17 yaş), Gençler U21 (18-19-20 yaş), Büyükler (21 yaş ve üzeri), Veteranlar (40 yaş ve üzeri) olmak üzere 6 farklı yaş grubunda Kadınlar ve Erkekler ayrı olarak yarışmaktadır.
- Açık saha atışlarında Minikler kategorisinde 3 ok x 6 seri ve 2 devre olmak üzere toplamda 36 ok atışı yapılır. Yarışma sıralama sonuçlarına göre ilk üç sırada yarışmayı tamamlayan sporcular dereceye girmeye hak kazanır.
- Açık saha yarışmalarında Minikler kategorisi dışındaki tüm kategorilerde 6 ok x 6 seri ve 2 devre olmak üzere toplamda 72 ok atışı sonucuna göre sıralama sonuçları belirlenir. Sıralama atışları sonucunda ilk 64 sporcu bireysel eleme atışlarında yer alır.
- Aynı kategoride yarışan ve en yüksek puan alan üç takım sporcusu, takım sıralama sonucuna göre kulübünü temsil eder. Aynı ilden katılan ferdi sporcular da en az üç kişi olmak koşulu ile ve yüksek puan alan sıralamasına göre bölgesini (il) temsil eder. Takım sıralamasında ilk 24 sırada yer alan takımlar elemelerde yarışmaya hak kazanır.
- Bireysel eleme yarışmalarında 3 ok atışı 1 set olarak kabul edilir. Takım eleme atışlarında ise 3 sporcu 2'şer ok atışı ile toplamda 6 ok atışı 1 set olarak kabul edilir. Seti kazanan 2 puan, beraberlik durumunda 1'er puan, kaybeden sporcu için 0 puan olarak değerlendirilir.

- Set puanları toplamında ilk önce 6 puana ulaşan sporcu karşılaşmanın kazananı sayılır. 5 setin sonunda beraberlik olması durumunda her sporcu 1 ok atışı yapar. Hedef merkezine en yakın atış yapan sporcu veya takım, yarışmanın galibi sayılır.
- Açık hava okçuluk yarışmalarında Minikler; 9-10 yaş 20 metre, 11-12 yaş 30 metre (80 cm. 10'lu hedef yüzü), Yıldızlar; 50 metre (122 cm. 10'lu hedef yüzü), Kadetler; 60 metre (122 cm. 10'lu hedef yüzü), Gençler-Büyükler ve Veteranlar; 70 metre (122 cm. 10'lu hedef yüzü) kullanılmaktadır.
- Hedef yüzlerinde iç halkadan başlayarak sarı bölge; X-10-9 puan, kırmızı bölge; 8-7 puan, mavi bölge; 6-5 puan, siyah bölge; 4-3 puan, beyaz bölge; 2-1 puan ve hedef dışına giden ok 0 puan olarak değerlendirilirken, karavana anlamına gelen İngilizce "Miss" kelimesinden dolayı dışarı giden ok puanlamada "M" ile gösterilir.
- Yarışmalarda bir hedefe aynı anda iki sporcu atış yapar. AB- CD formatında 4 sporcu, 2'li dönüşümlü olarak atışlarını gerçekleştirir.
- Açık hava yarışmalarında atış sinyali öncesinde 10 saniye hazırlık süresi, her ok için 30 saniye süre verilir. Minikler kategorisinde bir seri atış için toplam 90 saniye süre verilirken diğer tüm yaş grup ve kategorilerinde 6 ok atışı için 180 saniye süre verilir.

Klasik yay salon yarışmaları

- Salon yarışmalarında klasik yay türünde tüm yaş ve kategorilerde 18 metre mesafeden atışlar yapılır.
- Salon yarışmalarında Minikler kategorisinde 3 ok x 5 seri ve 2 devre olmak üzere toplamda 30 ok atışı yapılarak yarışma sıralama sonuçlarına göre ilk üç sırada yarışmayı tamamlayan sporcular dereceye girmeye hak kazanır.
- Minikler kategorisi dışındaki tüm kategorilerde 3 ok x 10 seri ve 2 devre ile toplamda 60 ok atışı yapıldıktan sonra sıralama sonuçları belirlenmektedir. Sıralama atışları sonucunda ilk 32 sporcu bireysel eleme atışlarına girmeye hak kazanır. Takım sıralamasında ise ilk 16 sırada yer alan takımlar elemeye yarışmaya hak kazanır.
- Minikler kategorisinde 9-10 yaş; 60 cm 10'lu hedef kâğıdı, 11-12 yaş; 60 cm 6-10 puanlı hedef kâğıdı, diğer yaş grupları ve kategorilerinde ise 3x20 cm 6-10'lu hedef kâğıdı kullanılır.
- Salon yarışmalarında Minikler hariç diğer kategorilerde bir hedef minderi yüzünde 4 hedef kâğıdı yer almaktadır. Yarışmalarda her sporcu kendi hedef kâğıdına atış yapmaktadır. Her seri atışlarında hedef minder numarasında yer alan iki sporcu aynı anda süresi boyunca atış yapar. AB-CD formatında 4 sporcu, 2'li dönüşümlü olarak atışlarını gerçekleştirir.

- Salon müsabakalarında atış sinyali öncesinde 10 saniye hazırlık süresi, her ok için 30 saniye, bir seri atış için toplam 90 saniye süre verilir.

Makaralı yay kategorisinde yapılan yarışmalar ile ilgili genel bilgilere aşağıda yer verilmiştir (TOF, 2023).

Makaralı yay açık hava yarışmaları

- Minikler 11-12 yaş grubunda 30 metre mesafeden 80 cm ve 5-10 arası puanlamalı hedef kâğıdına atışlar yapılır. Diğer yaş grupları ve kategorilerde ise 50 metre mesafeden 80 cm ve 5-10 arası puanlamalı hedef kâğıdına atışlar yapılır.
- Minikler 11-12 yaş kategorisinde 3 ok x 6 seri ve 2 devre olmak üzere toplam 36 ok atışı yapılırken diğer tüm yaş ve kategorilerde sıralama atışları 6 ok x 6 seri ve 2 devre olmak üzere toplam 72 ok atışı yapılır.
- Açık havada makaralı yay türünde; erkekler, kadınlar, çift erkekler, çift kadınlar ve karışık takım olmak üzere beş farklı takım yarışması yapılır.
- Kategorilerde bir hedef minderi yüzünde 4 hedef kâğıdı yer almaktadır. Yarışmalarda her sporcu kendi hedef kâğıdına atış yapmaktadır. Her seri atışlarında hedef minder numarasında yer alan iki sporcu aynı anda süresi boyunca atış yapar. AB-CD formatında 4 sporcu, 2'li dönüşümlü olarak atışlarını gerçekleştirir.
- Makaralı yay bireysel eleme atışlarında 3 ok x 5 seri toplamda 15 ok atışı yapılır. Toplam 150 puan üzerinden en yüksek puan alan sporcu galip sayılır. Beraberlik olması durumunda 1'er ok atışı yapılır. Merkeze en yakın oku atan sporcu karşılaşmayı kazanır.
- Açık hava müsabakalarında atış sinyali öncesinde 10 saniye hazırlık süresi, her ok için 30 saniye, Minikler kategorisinde bir seri atış için toplam 90 saniye süre verilir. Diğer tüm yaş grup ve kategorilerinde 6 ok atışı için 180 saniye süre verilir.

Makaralı yay salon yarışmaları

- Salon yarışmalarında makaralı yay türünde tüm yaş ve kategorilerde 18 metre mesafeden atışlar yapılır.
- Minikler kategorisinde 60 cm. 6-10 puanlamalı hedef kâğıdına 3 ok x 5 seri ve 2 devre olmak üzere toplamda 30 ok atışı yapılarak yarışma sıralama sonuçlarına göre ilk üç sırada yarışmayı tamamlayan sporcular dereceye girmeye hak kazanır.
- Minikler kategorisi dışındaki tüm yaş ve kategorilerde dikey olarak 3x20 cm, 6-10 puanlamalı hedef kâğıdına 3 ok x 10 seri ve 2 devre ile toplamda 60 ok atışı yapıldıktan sonra sıralama sonuçları belirlenir.

- Sıralama atışları sonucuna göre ilk 32 sporcu bireysel eleme atışlarına katılırken, takım sıralamasında ise ilk 16 sırada yer alan kulüpler ve bölgeler (illerden gelen en az 3 ferdi sporcu), takım elemelerinde yarışmaya hak kazanır.
- Makaralı yay bireysel eleme atışlarında 3 ok x 5 seri toplamda 15 ok atışı yapılır. Toplam 150 puan üzerinden en yüksek puan alan sporcu galip sayılır. Beraberlik olması durumunda 1'er ok atışı yapılır. Merkeze en yakın oku atan sporcu karşılaşmayı kazanır.
- Salon yarışmalarında bir hedef minderi yüzünde 4 hedef kâğıdı yer alır. Yarışmalarda her sporcu kendi hedef kağıdına atış yapmaktadır. Her seri ok atışlarında, hedef minder numarasında yer alan iki sporcu aynı anda süresi boyunca atışlarını yapar. AB-CD formatında 4 sporcu, 2'li dönüşümlü olarak atışlarını gerçekleştirir.
- Salon müsabakalarında atış sinyali öncesinde 10 saniye hazırlık süresi, her ok için 30 saniye, bir seri atış için toplam 90 saniye süre verilir.

2.2.6. Modern okçulukta kullanılan sporcu malzemeleri

Modern okçulukta da temel araç ve gereçler yay ve oklardır. Yay türüne göre yardımcı materyaller kullanılarak atışlar yapılmaktadır. Üst düzey puanların alınması için malzeme kalitesi ve uyumu bu noktada önemli rol oynamaktadır. Klasik ya da olimpik olarak ifade edilen yaylar, geleneksel Türk yayının geliştirilmiş versiyonu olduğu gözle görülmektedir (Develik, 2022). Nitekim mühendislik çalışmalarının bir ürünü olan klasik yaylar, birçok parçadan oluşup birbirine monte edilerek kurulumu sağlamaktadır. Makaralı yaylar ise üzerinde ek materyaller ile kurulum kullanıma hazır hale getirilmektedir. Yay malzemelerinin yapımında sert katmanlı köpük, karbonfiber, alüminyum ve çelik türü malzemeler kullanılmaktadır. Modern okçulukta kullanılan yayların parçaları ve diğer yardımcı unsurlar aşağıda verilmiştir (Aydın, 2021).

Klasik yaylar: Yay gövdesi, yay kanatları, kiriş, nişangâh (arpacık), basınç düğmesi, ok yatağı, klikır, rot takımı (v-bar, extender, kısa ve uzun denge çubukları) ve ek olarak titreşimi azaltan damperler yer almaktadır.

Makaralı yaylar: Handle, (yay gövdesi), riser (kanatlar), kam (makara), kiriş, nişangâh (mercek), rest (ok yatağı), denge çubukları ve titreşimi önleyici damperler yer almaktadır.

Yardımcı Materyaller: Klasik yay ile atış yapılırken sporcular karbonfiber malzemeden yapılan oklar, parmaklık, kol koruyucu, yay tutma ipi, okluk (sadak-tirkeş), göğüs koruyucu ve yay ayaklığı gibi yardımcı ekipmanlar kullanmaktadır. Makaralı yay ile atış yapan sporcular ise parmaklık yerine tetik, karbonfiber veya alüminyum malzemelerden yapılan oklar ve klasik yayda olduğu gibi diğer yardımcı ekipmanları kullanmaktadır.

Modern okçulukta malzemelerin seçimi yapılırken sporcunun antropometrik ve motorik özellikleri ön planda tutulmaktadır. Nitekim sporcunun yay çekiş gücü, yay çekiş mesafesi, baskın eli ve gözü gibi ölçütlere bağlı olarak malzeme seçimi yapılmaktadır. Öncelikle sporcunun atış tekniğine, boyuna, kuvvetine uygun yay seçimi, ardından yay çekiş mesafesi ve yay çekim gücüne uygun ve belirli sayısal değerlere sahip ok seçimi yapılır (Gazoz ve Şimşek, 2021). Okçulukta üst düzey performans elde edilmesi için kullanılan temel ve yardımcı ekipmanların kalitesi, yay ile ok değerlerinin uyumu, sporcunun atış tekniğine bağlı olarak yayı kullanabilme kapasitesinin optimum seviyede ve sürdürülebilir olması gerekmektedir. Bu bakımdan okçuluk teçhizatlarının kalitesi ve parçaların uyumlu hareket etmesi sporcunun atış puanını önemli ölçüde etkilemektedir (Yazıcı, 2021).

2.3. Araştırma Konusu ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Bu bölümde dikkat, okçuluk ve spor konuları kapsamında yurt içi alanyazında yapılmış çalışmalar ile sonuçları ele alınmıştır. Dikkat konusu üzerine yurt içinde yapılmış çalışmalara aşağıda yer verilmiştir.

Demircioğlu Karagöz (2023), kombine egzersiz eğitiminin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan çocuklarda motor yeterlik, fiziksel uygunluk ve ilişkili bilişsel beceriler üzerine etkisini incelemiştir. Çocuklar kapalı zarf yöntemi ile randomize olarak fizyoterapist gözetimindeki egzersiz grubu (n=10), ebeveyn gözetimindeki egzersiz grubu (n=10) ve kontrol grubu (n=10) olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Egzersiz eğitimi sonrası normal hızda yapılan 10 metre yürüme testi dışında kalan sonuç ölçümlerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde iyileşme olduğu bulunmuştur. Araştırma sonucunda kombine egzersiz programının motor yeterlik, fiziksel uygunluk ve ilişkili bilişsel beceriler üzerinde hem fizyoterapist hem de ebeveyn gözetiminde yapıldığında olumlu etkilerinin olduğu tespit edilmiştir.

Uluç (2022), elit düzeydeki bocce ve dart sporcuların odaklanmış dikkat becerileri üzerine araştırma yapmıştır. Çalışmaya dart branşında 39 kişi ile bocce spor dalında 50 kişi olmak üzere toplamda 89 sporcu katılmıştır. Sporcuların odaklanmış dikkat becerilerinin incelenebilmesi için veri toplama aracı olarak Stroop Dikkat Testi kullanılmıştır. Sonuç olarak, odaklanmış dikkat yetilerinin yaş ve deneyim arttıkça yükseldiği ve dart sporcularının odaklanmış dikkat becerilerinin bocce sporcularına göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Koçak (2022), atıcılık çalışmalarının dikkat düzeyleri üzerine etkileri hakkında çalışma yapmıştır. Araştırmaya deney grubu 18, kontrol grubu 22, toplamda ise 40 sporcu katılmıştır. Araştırmaya katılan sporculara Stroop Tbag Dikkat Testi uygulandıktan sonra deney ve kontrol

grubu randomize olarak ayrılmıştır. Deney grubunda yer alan katılımcılar, sekiz hafta boyunca haftada üç gün antrenman programına dahil edilmiştir. Antrenmanın esas evresinde; uygulatıcı tarafında atıcılık branşına yönelik temel ve özelleşmeye yönelik havalı tabanca ve tüfek disiplinine yönelik atış kombinasyonları, nişan takibi, hedef izleme, diyafram nefes uygulamaları, tetik kontrol, havalı tüfek ve tabanca atışına yönelik atış pozisyon duruşları yapılmıştır. Uygun dinlenme aralıklarıyla birlikte ortalama 45-50 dakikalık bir süreçte antrenman tamamlanmıştır. Kontrol grubunda yer alan katılımcılara herhangi bir antrenman protokolü uygulanmamıştır. Süreç sonunda deney ve kontrol gruplarına Stroop Tbag Dikkat Testi uygulanmıştır. Çalışmanın deney ve kontrol grubu ön test-son test ve kalıcılık testlerinin sonuçlarına göre, uygulanan antrenman programının deney grubu öğrencilerinin dikkatlerini geliştirdiğini göstermiştir.

Kiremitçi (2022), erken ergenlik döneminde sportif eğitsel oyunların dikkat üzerine etkisini incelemiştir. Çalışmada 10-14 yaşları arasında deney gurubu (50) ve kontrol gurubu (48) olmak üzere toplam 98 öğrenci yer almıştır. Çalışmanın örneklemi, Konya ilinde ortaokul kademesinde öğrenim gören bireylerden oluşmuştur. Öğrenciler kontrol grubu ve 8 hafta boyunca dikkati geliştirmeye yönelik sportif eğitsel oyun oynayan deney grubu olmak üzere ikiye ayrılmıştır. Motor gelişim özelliklerini ölçmek amacıyla dikey sıçrama, durarak uzun atlama, otur uzan esneklik testi, 30 sn. mekik, 30 sn. şınav, 10x5 mekik koşusu ve flamingo denge testi uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda fiziksel aktivite ön test sonuçları normal düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Sportif eğitsel oyunların fiziksel ve motorik gelişimde etkili olduğu bulunmuştur. Ek olarak erken ergenlik döneminde oynatılan sportif eğitsel oyunların D2 dikkat testi ve Bourdon Dikkat testi sonuçlarına göre olumlu etkileri olduğu saptanmıştır.

Varol ve Türkmen (2021), dikkat düzeyi düşük olan 11-13 yaş aralığındaki ortaokul öğrencileri üzerinde dart egzersizlerinin dikkat düzeyini etkileyip etkilemediğini incelemiştir. Dart egzersizlerini içeren 6 haftalık programa 20 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın kontrol grubu öğrencilerinin ön test ve son test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilirken, deney gurubu öğrencilerinin ön test ve son test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Neticede dart egzersizlerinin dikkat eksikliği ve odaklanma sorunu yaşayan öğrenciler üzerinde olumlu katkılar sağladığı bulunmuştur.

Koçyiğit ve ark. (2020), çocuklarda badminton antrenmanlarının dikkat düzeyi üzerine etkisini araştırmıştır. Çalışmaya 12-13 yaş grubundan 23 erkek, 22 kadın olmak üzere toplam 45 gönüllü çocuk dahil edilmiştir. Çocuklar, herhangi bir spor aktivitesi içerisinde bulunmayan kontrol grubu (n=15), 2 ay boyunca haftada 3 gün badminton temel antrenmanları yapan

badminton grubu (n=15) ve bu antrenmanlara ek olarak badminton hedef antrenmanları ve koordinasyon çalışmalarına tabi tutulan çalışma grubu (n=15) olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, grupların hem dikkat düzeyleri hem de reaksiyon hızlarının ön test-son test karşılaştırılmasında anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilmiştir. Sonuç olarak 8 haftalık badminton hedef antrenmanları ve koordinasyon çalışmaları dikkat düzeyi ve reaksiyon sürelerini olumlu yönde etkilediği gözlenmiştir.

Pişkin ve Alpay (2019), sekiz haftalık kort tenis antrenmanlarının çocukların dikkat düzeyi üzerine etkisini incelemiştir. Çalışmada toplam 60 çocuk yer alırken deney (30) ve kontrol (30) olmak üzere 2 gruba ayrılmıştır. Deney grubuna tenis antrenmanlarının yanında dikkat geliştirmeye yönelik driller içeren 8 haftalık bir antrenman programı uygulanmıştır. Çocukların dikkat düzeylerini ölçmek için Bourdon Dikkat Testi kullanılmıştır. Çalışma sonucunda hem deney (%17,34) hem de kontrol (%6,41) gruplarının dikkat düzeylerinin son testte istatistiksel olarak anlamlı şekilde arttığı görülmüştür. Deney grubundaki artışın daha yüksek oranda olduğu tespit edilmiştir.

Yönel (2019), 9-13 yaş arası öğrencilerin dart sporu uygulaması yoluyla verilen eğitimin, öğrencilerin dikkat gelişimine etkisinin olup olmadığını araştırmıştır. Çalışmada yer alan katılımcılar 30'ar öğrenciden oluşan iki gruba ayrılmıştır. Birinci grup olan deney grubuna ve ikinci grup olan kontrol grubuna başlangıçta Bourdon Dikkat Testi uygulanmıştır. Ön uygulamadan sonra deney grubuna haftada iki gün olmak üzere 2 saatlik toplamda 8 hafta süreyle dart sporu uygulaması yapılmıştır. Kontrol grubunda yer alan öğrenciler ise normal öğrenimlerine devam etmiştir. Sekiz haftanın sonunda her iki grupta yer alan öğrencilere Bourdon dikkat testi tekrar uygulanarak, son test yapılmıştır. Araştırmanın sonucunda, dart sporu uygulaması yapılan deney grubunun, dikkat düzeylerinde artış olduğu saptanmıştır. Sekiz haftalık uygulama sonucunda, dart sporunun çocukların dikkat düzeylerine olumlu katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Altuncit (2019), sportif rekreasyon faaliyeti olarak badminton sporunu yapan 11-16 yaş çocuklarda dikkat ve karar verme özelliğini incelemiştir. Araştırmaya, sportif rekreasyon faaliyeti olarak badminton sporu ile uğraşan 201 ortaöğretim ve lise öğrencisi gönüllü katılmıştır. Öğrencilere araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu yanında, dikkat düzeylerini belirlemek için Bourdon Dikkat Testi, karar verme becerilerini belirlemek için Ergenlerde Karar Verme Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmanın sonucunda, öğrencilerin dikkat düzeyi ve özsaygı düzeyinin aile gelir durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Öğrencilerin yaşı, spor yaşı ve gelir durumunun dikkat düzeyini etkilediği tespit edilmiştir.

Renk (2019), oyunsal etkinliklerin ve fiziksel aktivite düzeyinin dikkat gelişimi üzerine etkisini araştırmıştır. Çalışmaya 10-13 yaş arasında 209 kadın ve 230 erkek olmak üzere toplam 439 çocuk katılmıştır. Çocuklar kontrol grubu ve 14 hafta boyunca dikkati geliştirmeye yönelik eğitsel oyun oynayan deney grubu olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Çocukların dikkat düzeyi D2 Dikkat Testi ve fiziksel aktivite düzeyi için ilköğretim öğrencilerine yönelik Fiziksel Aktivite Anketi ile belirlenmiştir. Çalışma sonucunda hem deney grubunun hem de kontrol grubunun dikkat düzeylerinin son testte arttığı belirlenirken, deney grubundaki artışın kontrol grubuna göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca fiziksel aktivite düzeyi yüksek olan çocukların dikkat düzeylerinin de yüksek olduğu belirlenmiştir.

Şahin (2019), çocuklara uygulanan 8 haftalık badminton hedef antrenmanlarının ve koordinasyon çalışmalarının dikkat düzeyi üzerine etkisini incelenmiştir. Çalışmaya 11-15 yaşları arasında yer alan 54 erkek, 36 kadın olmak üzere toplam 90 gönüllü çocuk dahil edilmiştir. Çocuklar herhangi bir egzersiz yapmayan kontrol grubu (30), 8 hafta boyunca hafta 3 gün badminton antrenmanı yapan badminton grubu (30) ve badminton antrenmanına ek olarak, koordinasyon çalışmaları ve badmintonda hedef antrenmanları yapan deney grubu (30) olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Çocukların dikkat düzeyini belirlemek için Bourdon Dikkat Testi kullanılmıştır. Çocukların dikkat düzeyleri çalışma başlamadan önce ve 8 haftalık egzersizler sonrasında olmak üzere iki defa ölçülmüştür. Çalışmanın sonucunda, günümüz çocuklarının önemli problemlerinden olan dikkat eksikliğinin badminton antrenmanları ile azaltılabileceği tespit edilmiştir.

Orhan (2018), oyun eğitiminin sedanter çocukların dikkat ve konsantrasyon düzeyi ile el-göz koordinasyonuna etkisi üzerine çalışma yapmıştır. Araştırmaya Ortaokul öğrencileri dahil edilmiştir. Çalışmada eğitim gören 6. 7. ve 8. sınıf öğrencilerinden rastgele seçilen 12-14 yaş grubunda kadın, erkek deney (n=225) ve kontrol (n=225) grubu olmak üzere toplam 450 öğrenci katılmıştır. Araştırmada deney grubu sekiz hafta boyunca, haftada iki ders saati süresince dikkat, konsantrasyon ve el-göz koordinasyonu düzeyini arttırabileceği düşünülen 16 eğitsel oyun ve dart atışları yapmıştır. Kontrol grubuna ise ön test-son test dart atışları yaptırılmıştır. Çalışmanın sonucuna göre, sekiz haftalık eğitsel oyun ve dart eğitiminin öğrencilerin dikkat ve konsantrasyonu ile el-göz koordinasyon düzeylerine yüksek düzeyde olumlu etkilerinin olduğu tespit edilmiştir.

Urfa ve Aşçı (2018) hedef belirleme, imgeleme, içsel konuşma, performans öncesi rutin, konsantrasyon ve kendini izleme teknikleri kullanılarak planlanan 10 haftalık psikolojik beceri antrenman programının genç futbolcuların kaygı, özsaygı, güdülenme, dikkat ve şut isabet oranlarına olan etkisini incelemiştir. Araştırmaya Süper Lig’de yer alan profesyonel bir futbol

kulübünün U16 ve U17 erkek altyapı futbol takım oyuncularından uygun örnekleme yöntemi ile seçilen 30 sporcu katılmış ve oyuncuların 15'i deney, 15'i kontrol grubu olarak belirlenmiştir. Araştırma kapsamında Sporda Kaygı Ölçeği 2 (SAS-2), Sporda Güdülenme Ölçeği, Kendini Fiziksel Tanımlama Envanteri, D2 Dikkat Testi ve şut parkuru kullanılmıştır. Ölçme araçları psikolojik beceri antrenman programı başlamadan bir hafta önce ön test kapsamında, uygulama bittikten bir hafta sonra ise son test kapsamında uygulanmıştır. Araştırmada psikolojik beceri antrenmanına katılan genç futbolcuların özsayı ve dikkat düzeylerinde anlamlı farklılık görülürken somatik kaygı, endişe, güdülenme ve şut isabet puanlarında farklılık görülmemiştir. Sonuç olarak hedef belirleme, imgeleme, içsel konuşma, performans öncesi rutin, konsantrasyon ve kendini izleme teknikleri kullanılarak hazırlanan 10 haftalık psikolojik beceri antrenmanı genç futbolcuların özsayı ve dikkat düzeylerini olumlu yönde etkilediği saptanmıştır.

Altun (2017), fiziksel etkinlik kartları ile zekâ oyunlarının ilkökul öğrencilerinin dikkat ve görsel algı düzeylerine etkisini incelemiştir. Çalışmaya İlkokul'da öğrenim gören, 8 yaş grubu 2. sınıf öğrencileri katılmıştır. Ön test-son test kontrol gruplu deneysel desenin kullanıldığı araştırmada fiziksel etkinlik grubu (n=32), zekâ oyunları grubu (n=32), hem fiziksel etkinlik hem de zekâ oyunları grubu (n=32) ve kontrol grubu (n=32) olmak üzere toplam 128 öğrenci yer almıştır. Uygulama; 12 hafta boyunca haftada iki gün, günde 2 saat yapılmıştır. Bourdon Dikkat Testi ve Frostig Gelişimsel Görsel Algı Testi ile veriler elde edilmiştir. Fiziksel etkinlikler okul bahçesinde araştırmacı tarafından, zekâ oyunları ise Aloha Mental Aritmetik Merkezi'nin zekâ oyunları odasında uzman kişiler eşliğinde uygulanmıştır. Araştırmanın bulgularına göre; dikkat ve algı düzeyleri açısından cinsiyete göre farklılık bulunmamaktadır. Görsel algı ve dikkat son test puanları üzerinde yapılan analiz sonuçlarına göre tüm deney grupları, görsel algıyı ve dikkati geliştirmede kontrol grubuna kıyasla anlamlı derecede yüksek fark ortaya koyduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç zekâ oyunlarının, fiziksel etkinliklerin hem zekâ oyunları hem de fiziksel etkinliklerin birlikte uygulanmasının görsel algıyı ve dikkati geliştirmede etkili olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Atakurt ve ark. (2017), oryantiring eğitiminin dikkat ve bellek seviyesi üzerine etkisini incelemiştir. Çalışmanın deney grubunda 5 erkek, 5 kadın yer alırken kontrol grubunda ise 7 erkek, 3 kadın olmak toplam 20 çocuk yer almıştır. Deney grubuna haftada 3 gün 2'şer saat olmak üzere toplam 8 hafta oryantiring eğitimi verilmiştir. Tüm çocuklara ön, ara ve son testlerde D2 Dikkat Testi ile bellek kapasitesini belirlemek için Sayı Dizisi Öğrenme Testi uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda oryantiring eğitiminin çocukların dikkat ve bellek seviyesi üzerine olumlu etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Çoban (2017), farklı spor dalları ile uğraşan öğrencilerin dikkat düzeylerinin karşılaştırıldığı bir araştırma yapmıştır. Araştırma evrenini üniversitede eğitim öğretim gören 17-28 yaş aralığında 16 branşta (Atletizm, Basketbol, Voleybol, Futbol, Futsal, Masa Tenisi, Tenis, Badminton, Boks, Güreş, Taekwondo, Hentbol, KickBoks, Halk Oyunları, Karete ve Atıcılık) sportif faaliyette aktif olan 942 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini ise 942 öğrenci arasından basit tesadüfi örneklem yöntemiyle seçilen 342 öğrenci (273 aktif yapan öğrenci ve 69 spor yapmayan (sedanter) oluşturmaktadır. Araştırmada açık alanda yapılan spor branşları ile kapalı alanda yapılan spor branşları karşılaştırıldığında, kapalı alanda spor yapan öğrencilerin dikkat becerileri daha iyi olduğu gözlenmiştir. Aynı zamanda bireysel spor yapan ve takım sporu altında çalışmaya katılan öğrenciler karşılaştırıldığında bireysel sporcuların daha iyi olduğu tespit edilmiştir. Diğer taraftan farklı spor dallarıyla uğraşanların dikkat düzeylerinin sedanterlere göre daha yüksek olduğunu bulunmuştur.

Kartal ve ark. (2016) yapmış oldukları çalışmada, eskrim sporu yapan ve yapmayan 10-12 yaş arasındaki çocukların dikkat düzeylerini incelemiştir. Çalışmaya 10-12 yaş arasındaki 20 eskrim sporcusu ile eskrim sporu yapmayan 10-12 yaş arasındaki 20 öğrenci olmak üzere toplam 40 çocuk katılmıştır. Çocukların dikkat düzeylerinin ölçülmesinde deney ve kontrol grubuna Bourdon Dikkat Testi uygulanmıştır. Araştırmaya katılan deney ve kontrol grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın sonucunda eskrim sporu yapan çocukların dikkat düzeyleri, eskrim yapmayan çocukların dikkat düzeylerine göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Özgüven Duman (2016), sekiz istasyonlu dairesel antrenman programının 10-12 yaş arası çocukların dikkat düzeyleri üzerine etkisini incelemiştir. Çalışmada, düzenli spor yapmayan sadece beden eğitimi derslerine katılan gönüllü 20 kadın, 26 erkek olmak üzere toplam 46 kişi yer almıştır. Katılımcılar, randomize yöntem ile çalışma (24) ve kontrol (22) grubu olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Çocukların dikkat beceri seviyelerini ölçmek amacıyla Bourdon Dikkat Testi kullanılmıştır. Çalışma grubuna yaptırılan 6 haftalık antrenman programı, sekiz istasyondan oluşan ve dikkat becerisinin gelişimini destekleyen hareket serilerinden oluşturulmuştur. Kontrol grubu ise, bu süreç içerisinde düzenli bir aktiviteye katılmamıştır. Çalışma bulgularında kontrol grubunun dikkat düzeyi, çalışma grubunun dikkat düzeyine oranla daha düşük çıkmıştır. Çalışma ve kontrol grubunun son test sonuçlarına bakıldığında ise istatistiksel olarak çalışma grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Sekiz İstasyonlu Dairesel Antrenman Programının Bourdon Dikkat Testi sonuçları üzerine anlamlı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda, uygulanan antrenman

programının 10-12 yaş arası çocuklarda dikkat, konsantrasyon ve odaklanma becerilerinin gelişmesine katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Vural (2016), Life Kinetik (LK) antrenmanının genç erkek basketbolcuların denge, dikkat ve reaksiyon süresi üzerindeki etkilerini incelemiştir. Çalışma, 32 genç erkek gönüllü denek üzerinde yapılmıştır. LK antrenmanı uygulanan 16 deneğe, 12 hafta boyunca haftanın ilk antrenmanında ısınma egzersizlerinin içerisinde 40 dakikalık LK antrenman programı uygulanırken, kontrol grubundaki 16 deneğe ısınma egzersizleri sırasında LK antrenmanı uygulanmamıştır. Deney ve kontrol grubunun dikkat, denge ve reaksiyon süresi skorları 12 haftalık LK programı başlamadan önceki ilk antrenmanın öncesinde ve program tamamlandıktan sonraki ilk antrenmanın öncesinde ölçülmüştür. Sonuç olarak LK antrenman grubunun gruplar arası karşılaştırmada dikkat skoru kontrol grubuna oranla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Sportif performansı doğrudan etkileyen reaksiyon süresi ve hem performans hem de öğrenme üzerine etkisi olan dikkatin geliştiği tespit edilmiştir.

Yarımkaya ve ark. (2015) atletizmde sürat antrenman programının çocuklarda dikkat düzeyini etkileyip etkilemediğini araştırmıştır. Çalışmaya 12-14 yaş arası 80 öğrenci katılmıştır. Öğrencilere 12 hafta süre ile düdük uyarıcısı eşliğinde kısa mesafe koşuları içeren sürat antrenman programı uygulanmıştır. 12 haftalık sürecin öncesinde ve sonrasında hem kontrol hem deney grubuna Bourdon Dikkat Testi uygulanmıştır. Araştırmaya katılan deney ve kontrol grubu arasında son test bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Çalışma sonucunda, deney grubuna uygulanan sürat antrenman programının çocukların dikkat düzeylerinde anlamlı farklılığa neden olduğu bulunmuştur. Sürat antrenman programının 12-14 yaş grubu çocuklarda dikkat becerilerine olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Tunç (2013), golf sporunun 14-15 yaş grubu bireylerde dikkat düzeyini etkileyip etkilemediğini araştırmıştır. Çalışmaya lise düzeyinde öğrenim gören 14-15 yaş arasından 60 öğrenci katılmıştır. Sekiz haftalık sürecin öncesinde ve sonrasında hem kontrol hem deney gruplarına Bourdon Dikkat Testi uygulanmıştır. Araştırmaya katılan deney ve kontrol grubu arasında son test bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Deney grubuna uygulanan golf sporu egzersizlerinin çocukların dikkat seviyelerine olumlu yönde katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Asan (2011), sekiz hafta boyunca uygulanan masa tenisi egzersizlerinin 9-13 yaş arasındaki çocukların dikkatleri üzerine etkisini incelemiştir. Çalışmada örneklem grubu İlköğretim okulunda okuyan 9-13 yaş grubundan 80 öğrenci yer almıştır. Araştırmada gruplar deney grubu ve kontrol grubu olarak ikiye ayrılıp 8 haftalık sürecin öncesinde ve sonrasında

gruplara Bourdon Dikkat Testi uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda, deney grubuna uygulanan masa tenisi egzersizinin çocukların dikkat düzeylerinde anlamlı farklılığa neden olduğu tespit edilirken kontrol grubundaki çocukların dikkat düzeylerinde anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır.

Adsız (2010), İlköğretim 4. ve 5. sınıf çocuklarda sporun dikkat gelişimine etkisi üzerine çalışma yapmıştır. Çalışmada deney-kontrol gruplu, ön test-son test ölçümlü deneysel bir araştırma yapılmıştır. Düzenli olarak Antrenör gözetiminde spor yapan çocuklar ile spor yapmayan çocuklar arasında dikkat düzeyleri bakımından fark olup olmadığını belirlemek için Bourdon Dikkat Testi kullanılmıştır. Araştırmanın deney grubunda spor yapan 30 çocuk, kontrol grubunda ise spor yapmayan 30 çocuk yer almıştır. Araştırma süresince 1. 8. ve 12. haftada Bourdon Dikkat Testi her iki gruptaki katılımcılara da uygulanarak sonuçlar kaydedilmiştir. Bulgulara göre, spor yapanların spor yapmayanlara oranla %83 daha dikkatli olduğu, erkek çocukların kız çocuklara oranla %51 daha dikkatli oldukları, anne eğitim düzeyi arttıkça dikkat düzeyinin arttığı ve kardeş sayısı arttıkça dikkat seviyesinin azaldığı tespit edilmiştir. Araştırmanın sonucunda ilköğretim 4. ve 5. sınıf çocuklarda düzenli olarak Antrenör gözetiminde yapılan sporun dikkat gelişimine olumlu katkı sağladığı belirlenmiştir.

Kaymak (2003), Dikkat toplama eğitimi programının ilköğretim 2. ve 3. sınıf öğrencilerinin dikkat toplama becerilerinin geliştirilmesine etkisini incelemiştir. İlköğretim okulunda öğrenim gören 2. ve 3. sınıf öğrencilerinin arasından yansız olarak atanmış 42 denek çalışmaya katılmıştır. Dikkat toplama becerilerinin geliştirilmesine yönelik yapılandırılmış bir eğitim programı hazırlanmış ve bu programın etkililiğini test etmeyi amaçlayan, deney-kontrol gruplu, öntest-sontest ve izleme ölçümlü deneysel bir desen kullanılmıştır. Araştırmada deney ve kontrol grubunda yer alan deneklere Bourdon Dikkat Testi ve Ettrich Dikkat Testi ön test-son test olarak uygulanmıştır. Araştırmada sonucunda dikkat toplama eğitim programının ilköğretim 2. ve 3. sınıf öğrencilerinin dikkat toplama becerilerini geliştirdiği ve bu eğitim programının uzun süreli etkileri olduğu tespit edilmiştir.

Okçuluk ve dikkat bağlantılı konuların yer aldığı yurt içinde yapılmış çalışmalara aşağıda yer verilmiştir.

Gözel (2023), okçuluk sporunun çocuklarda dikkat ve motor beceri üzerine etkisini araştırmıştır. Araştırmaya 10-14 yaşları arasında lisanslı olarak okçuluk sporu yapan 50 sporcu ile okçuluk sporuna yeni başlayan 50 öğrenci olmak üzere toplam 100 gönüllü öğrenci katılmıştır. Katılımcıların dikkat düzeylerinin belirlenmesinde Bourdon Dikkat Testi ve motor beceri düzeylerinin belirlenmesinde Münih Fitness Testi kullanılmıştır. Çalışma sonuçlarına

göre Münih Fitness Testi toplam puan ile Bourdon Dikkat Testi toplam puanları arasında okçular lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Çalışma sonucunda okçuluk sporunun çocuklarda dikkat düzeyleri ve motor beceri gelişimini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Türker (2022), temel okçuluk eğitiminin dikkat ve konsantrasyon yetisine etkisi üzerine araştırma yapmıştır. Araştırmada deneysel çift gruplu (deney – kontrol) ve ön test- son test tekniği kullanılmıştır. Çalışmaya spor bilimleri alanında öğrenim gören toplam 46 gönüllü öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin dikkat ve konsantrasyon düzeylerini ölçmek için D2 Dikkat Testi (DDT) uygulanmıştır. DDT öğrencilerin tamamına ön test olarak uygulanıp deney grubunun 8 haftalık süreçte uygulanan temel okçuluk eğitiminin ardından son test ölçümleri yapılmıştır. Araştırma sonucuna göre, okçuluk eğitimi öğrencilerin psiko-motor hızını, seçici dikkat yetisini, özel öğrenme güçlüğü, kavrama hızı ve dikkat yetisini, konsantrasyon performansını ve dikkat sürekliliğini pozitif yönde bir bütün olarak geliştirdiğini ortaya koymuştur.

Aydın (2021), okçuluk sporuyla uğraşan sporcuların nöro-geribildirim ile odaklanma ve sakinlik analizi üzerine çalışma yapmıştır. Çalışmada giyilebilir EEG teknolojisi kullanarak okçuların odaklanma ve sakinlik düzeylerinin atış sırasındaki zihinsel aktiviteleri incelenmiştir. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama deseni kullanılmıştır. Araştırmaya 11-16 yaş aralığında ve 0,1 ile 3 yıl arasında okçuluk deneyimi olan öğrenim gören 3 kadın, 2 erkek toplam 5 sporcu dahil edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, cinsiyet değişkeninin atış puanı üzerinde anlamlı farklılık gösterdiği, eğitim durumu değişkeninin atış puanlarında anlamlı bir farklılık göstermediği, yaş değişkeninin atış puanları üzerinde anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Dikkat ve sakinlik düzeylerinin atış puanları üzerindeki etkisini pearson kolerasyon analiz sonuçlarına göre incelendiğinde, sporcuların atış puanları ile dikkat düzeyleri arasında ve sporcuların atış puanları ile sakinlik düzeyleri arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Ulukan ve Özdemir (2021), 14-20 yaş arası okçuların dikkat ve performanslarının çeşitli değişkenler açısından irdelenmesi, aynı zamanda iki değişken arasındaki ilişkisini incelemiştir. Çalışmaya, okçuluk yarışmasına katılan 14-20 yaş aralığındaki 347 sporcu dahil edilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak Bourdon Dikkat Testi ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Katılımcıların performansları yarışma sonucunda elde ettikleri puanlara göre değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda okçuların dikkat ve performans düzeyleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunduğu, okçuların dikkat düzeyleri arttıkça performanslarının da arttığı görülmüştür. Ayrıca katılımcılarda dikkatin yaş, milli

sporcu olma durumu ve branşa duyulan ilgi düzeyine göre değiştiğine rastlanıp, performansın ise cinsiyet, ikamet edilen yer, yarışma kategorisi, milli sporcu olma durumu ve spor deneyimine göre değiştiği tespit edilmiştir.

Üstün ve Taşgın (2020), rekreatif amaçlı yapılan okçuluk eğitiminin 9-13 yaş arası çocukların dikkat düzeylerine etkisini incelemiştir. Çalışmada 20 kadın ve 20 erkek olmak üzere 40 kişi yer almıştır. Okçuluk eğitimi, haftadaki 3 gün ve 1'er saat olmak üzere toplam 12 saat ile 4 haftalık süreçte verilmiştir. Katılımcılara n test-son test olarak Bourdon Dikkat Testi uygulanmıştır. Araştırmada okçuluk sporunun 9-13 yaş arasındaki çocukların dikkat seviyelerine olumlu yönde etki ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Tekin (2018), okçuların dikkat ve performans düzeylerinin imgeleme becerileri ile ilişkisi üzerine araştırma yapmıştır. Çalışmada, Türkiye okçuluk şampiyonasına katılan 14-20 yaş aralığındaki 347 sporcu yer almıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Sporda İmgeleme Envanteri ve Burdon Dikkat Testi kullanılmıştır. Ek olarak araştırmaya katılan sporcuların Türkiye şampiyonasındaki performansları yarışma sonuçlarına göre değerlendirilmiştir. Yapılan araştırma sonuçlarına göre okçuların imgeleme becerileri ile performans düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Okçuların dikkat düzeyleri ile performans düzeyleri arasında ise pozitif yönde anlamlı düzeyde fark bulunmuştur.

Dal (2015), el tercihi belirlenen 10-11 yaş grubu çocukların okçuluk ğretiminde psikomotor ve bilişsel yeteneklerin okçuluk performansı ile arasındaki ilişki üzerine araştırma yapmıştır. Çalışmaya 10-11 yaş arası kız ve erkek gönüllü çocuklar katılmıştır. Katılımcılar iki gruba ayrılıp her iki grupta da 22 çocuk yer almıştır. Katılımcılara Edinburgh Anketi uygulanarak el tercihleri saptanmıştır. Her bir gönüllü eğitim öncesi verbal görsel ve işitsel beceriler açasından bilgisayar destekli Psikoteknik Viyana Test Sistemi ile değerlendirilmeye alınmıştır. Grubun birine (okçuluk grubu) sadece ok atış eğitimi verilmiştir. Diğer 22 gönüllüden oluşan gruba (okçuluk egzersiz grubu) beden eğitimi ve sporda kullanılan ğretim yöntemleri kullanılarak okçuluk eğitimi verilmiştir. Çalışmalar haftada 2 gün 1,5 saat olmak üzere 12 haftalık süreçte uygulanmıştır. 12 hafta sonunda her bir gönüllüye 18 metreden 40 cm'lik hedef yüzüne 36 ok atışı yaptırılarak puanları kaydedilmiştir. 12 haftalık eğitim sonrası gönüllüler verbal görsel ve işitsel beceriler açasından bilgisayar destekli Psikoteknik Viyana Test Sistemi ile tekrar değerlendirilmeye alınmıştır. Çalışma sonucunda, okçuluk sporunun 10-11 yaş grubu çocukların koordinasyon, muhakeme yeteneği, dikkat, tepki hızı gibi bilişsel ve psikomotor becerilerinin gelişimine olumlu yönde katkı sağladığı tespit edilmiştir.

2.4. Araştırma Konusu ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Bu bölümde dikkat, spor ve okçuluk konuları kapsamında yurt dışı alanyazında yapılmış bazı çalışmalar ve sonuçlarına yer verilmiştir.

Reigal ve ark. (2022) yapılan spor türüne (açık ve kapalı) göre dikkat süresi düzeyini belirlemek için bir çalışma yapmışlardır. Araştırmada yaşları 19 ile 35 arasında değişen 547 katılımcı yer almıştır. Dikkat süresini değerlendirmek için MenPas Cell yazılımında (MenPas 1.0) barındırılan “Modrian Images” bilgisayarlı test kullanılmıştır. Sonuçlar, açık spor yapan sporcuların, kapalı spor yapanlara göre daha iyi bir dikkat süresine sahip olduğunu göstermiştir. Elde edilen verilere dayanarak, açık spor yapmanın kapalı spor yapmaya kıyasla dikkat süresinin gelişmesiyle daha fazla ilişkili olduğu fikri ileri sürülmüştür.

Jin ve ark. (2022) top ile oynanan takım sporuna katılmanın görsel dikkat üzerindeki etkisini değerlendirmek için araştırma yapmışlardır. Çalışmaya 44 elit basketbol sporcusu ve 44 atletizm dışı lisans üniversite öğrencisi olmak üzere toplam 88 kadın katılmıştır. Görsel dikkat, Çoklu Nesne İzleme Testi kullanılarak ölçülmüştür. Yetenekli basketbolcular, Çoklu Nesne İzleme Testi görevinde atletik olmayan üniversite öğrencilerine göre üstün izleme doğruluğu göstermiştir. Sonuç olarak top ile oynanan takım sporu eğitimi, izleme doğruluğu ile değerlendirildiğinde görsel dikkat seviyesini arttırdığı tespit edilmiştir.

Rahimi ve ark. (2022) futbol (stratejik spor) ve atletizm (statik spor) ile uğraşan üniversite sporcularının dikkat ve yürütme kontrolü yönleri üzerindeki performansını incelemiştir. Çalışmaya futbol (50) ve atletizm (47) sporlarına katılan toplam 97 üniversite sporcusu dahil edilmiştir. Dikkat alanları ve yürütücü kontrol, Dikkat Ağı Testi kullanılarak incelenmiştir. Ortalama reaksiyon süresi ve birey içi değişkenlik, sırasıyla performans hızı ve performans stabilitesinin ölçümleri olarak gruplar arasında karşılaştırılmıştır. Araştırma sonucunda stratejik sporlarla (futbol) uğraşan sporcular, daha fazla dikkat ve çatışma çözümü gerektiren test koşullarında daha hızlı performans göstermiştir. Bu bulgular ışığında, stratejik sporlara katılımın, dikkat ve yürütme kontrolü gibi bilişsel görevlerin artan performansla ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Bruin ve ark. (2016) fiziksel egzersizin dikkat, stres ve farklı parametreler üzerine etkisini incelemiştir. Randomize seçim yöntemi ile yüksek stres düzeylerine sahip 18 ila 40 yaş aralığındaki genç ve yetişkinlerden 75 kişi çalışmada yer almıştır. Üç farklı gruba ayrılan katılımcılara araştırmanın başlangıcında ön test, program sonunda ise takip sırasıyla son test ölçümleri yapıp 5 haftalık süreçte çalışma tamamlanmıştır. Çalışmada Dikkat Kontrol Ölçeği, Yönetici İşlev Davranış Derecelendirme Envanteri, Beş Yönlü Farkındalık Anketi, Öz Şefkat

Ölçeği ve Penn Eyaleti Endişe Anketi veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. 5 haftalık program içeriğinde yer alan spinning egzersizi, vücut meditasyonu, farkındalık oluşturan hareketler ile 3 dakikalık nefes alma meditasyonu, ses meditasyonu ve düşünce meditasyonları uygulanmıştır. Çalışma sonucunda, genel olarak kendi kendine düzenlenen günlük meditasyonların ve günlük fiziksel egzersizlerin, dikkat kontrolünün, yürütme işlevinin iyileşmesine, farkındalık ve öz şefkatin artmasına ve daha az endişelenmeye yol açtığı tespit edilmiştir.

Schmidt, Egger ve Conzelmann (2015), akut bir eşgüdüm içinde koordinatif egzersizin dikkat eksikliği olan ilköğretim çocuklarının dikkat seviyeleri üzerindeki etkilerini araştırmıştır. 40 kişilik ilköğretim birinci sınıf öğrencisine koordinatif egzersizlerden oluşan bilişsel işlev gerektiren bir beden eğitimi dersi yapılmıştır. Ders öncesi, hemen sonrası ve 90 dakikalık her oturum sonrası, dikkat seviyeleri D2 Dikkat Testi ile ölçülmüştür. Sonuçlar, verilen beden eğitimi dersi sonrası çocukların dikkat performanslarının ve psikomotor hızlarının arttığını, bunun yanında her oturum sonrası gelişme olmadığı bulunmuştur.

Tinea ve Butlerb (2012) çalışmasında, akut bir aerobik egzersiz programının yüksek ve düşük gelirli öğrencilerin seçici dikkatleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmada katılımcılara ön ve son test olarak D2 Dikkat Testi uygulanmıştır. Verilen aerobik egzersizi hem yüksek gelirli hem de düşük gelirli öğrencilerin yapılan hataların (E2) oranını artırmaksızın, konsantrasyon seviyelerini (CP), seçici dikkat performansını (TN-E) artırmıştır. Düşük gelirli öğrencilerin ise daha fazla iyileşme gösterdiği saptanmıştır. Kontrol grubu ile karşılaştırıldığında yüksek gelirli öğrencilerin de ilerleme sağladığı tespit edilmiştir.

Wilson ve ark. (2009) penaltı vuruşlarında kaygı, dikkat kontrolü ve performans bozukluğu üzerinde araştırma yapmıştır. Araştırmada, spor ortamında dikkat kontrol teorisinin tahminlerinin test edilmesi amaçlanmıştır. Çalışma sonucunda, futbolcular kaygılı olduklarında ilk başta daha hızlı odaklanırken kaleciye karşı çok daha uzun süre odaklandıkları görülmüştür. Bakış davranışındaki bu bozulma, şutların önemli ölçüde merkezileştirilmesi ve kalecinin erişebileceği hale gelmesiyle şut doğruluğunda önemli düşümlere neden olmuştur. Bu bulgular, uyarılarla yönlendirilen dikkat kontrol sisteminin artan etkisi nedeniyle endişeli katılımcıların hareketli kaleciye odaklanma olasılığının daha yüksek olması nedeniyle dikkat kontrol teorisinin öngörülerini desteklediği belirtilmiştir.

Pesce ve ark. (2007), elit futbolcularda görsel dikkat odağı ile akut fiziksel egzersiz nöbetlerinin performans üzerindeki etkilerine yönelik bir çalışma yapmıştır. Çalışma sonucunda, futbolcular küresel hedeflerle karşılaştırıldığında yerel hedeflere tepki verme konusunda sporcu olmayanlara göre daha yavaş, ancak yerel katılımdan küresel katılıma geçişte

daha hızlı oldukları tespit edilmiştir. Buna bağlı olarak, futbolcuların yerel katılım konusunda daha az yetenekli olduğu ancak sporcu olmayanlara göre dikkat odağını hızla uzaklaştırma konusunda daha iyi oldukları bulunmuştur.

Okçuluk ve dikkat ile ilgili yurt dışında yapılmış çalışmalara aşağıda yer verilmiştir.

Wang ve ark. (2022) sporcuların bilimsel eğitimini geliştirmek ve bir temel sağlamak amacıyla hipotezleştirilmiş bir model oluşturarak spora duyulan güven, dikkat ve bilişsel yeniden değerlendirilmenin (belirli bir duygu düzenleme stratejisi) gerçek dünyadaki okçuluk performansı üzerindeki etkilerine yönelik bir araştırma yapmıştır. Çalışmada, okçuluk sporcularının sportif güven ve dikkat gelişiminin güçlendirilmesi gerektiği, ancak okçuluk müsabakalarında bilişsel yeniden değerlendirmeyi kullanan sporcuların, bilişsel kaynakların potansiyel tahsisi konusunda dikkatli olmaları ve spora olan güveni artırmaya veya olumlu bir yaklaşım geliştirmeye yönlendirilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Lu ve ark. (2021), elit atıcılık ve okçuluk sporcularının dikkat ağlarının verimliliği ve geliştirilmesi üzerinde araştırma yapmıştır. Veri toplama aracı olarak Dikkat Ağı Testi ile güvenilir bir şekilde tahmin edilebilecek üç ağdan oluşan bir sistem olarak teori oluşturulmuştur. Bu üç ağ, uyarı, yönlendirme ve çatışma kontrolü olarak tanımlanmıştır. Dikkat Ağı Testi performansları, Çin milli atıcılık ve okçuluk takımından 27 kadın, 35 erkek olmak üzere 62 elit sporcu ile bir eyalet takımından 19 kadın, 30 erkek olmak üzere toplam 49 sporcunun performansları karşılaştırılmıştır. Çalışma sonucunda, her iki grupta da iyi işleyen üç dikkat ağı olduğu görülürken, milli takımdaki elit sporcular genel olarak il takımındaki sporculardan daha hızlı tepki verdiği tespit edilmiştir. Milli takımdaki 62 elit sporcuya daha sonra 5 ila 8 hafta arasında değişen sürelerde farkındalık eğitimi verilip ardından Dikkat Ağı Testi yeniden uygulanmıştır. Bu sonuçlar, milli takımdaki elit atıcılık ve okçuluk sporcularının her üç dikkat ağına da daha verimli olduğunu, bu sonuçta onların uyarı durumuna daha hızlı ulaşılabildikleri, çevresel bilgileri daha iyi kullanabildikleri ve dikkat dağıtıcılardan gelen müdahaleyi daha verimli bir şekilde bastırabildikleri anlamına geldiği belirtilmiştir. Nişan alma süreci sırasında, okçuların duruşlarını veya nişan alma becerilerini ayarlamak için kendi iç algılarına ve çevresel bilgilere (örneğin; rüzgâr yönü) güvenmeleri gerektiği vurgularken güçlü bir dikkat tahsisi ve belirli bir dikkat genişliği gerektirdiğini öne sürmüştür.

Damirchi ve Asgharian Asl (2020), neurofeedback eğitiminin erkek okçuların dikkat ve performansı üzerindeki etkisini incelemiştir. Sporcuların performansını ölçmek için hedefe isabet eden ok sayısı değerlendirilmiş, dikkati ölçmek için RehaCom yazılımının tarama

modülü uygulanmıştır. Sonuç olarak deney grubunun performansında, bölünmüş dikkatinde (görsel ve işitsel) ve odaklanmış dikkatinde anlamlı bir iyileşme görülmüştür. Ayrıca dikkat alt ölçekleri değerlendirildiğinde doğru sayı artmış, hata ve reaksiyon süresi azalmıştır. Beyin dalgalarını kendi kendine düzenlemeye yönelik bir antrenman yaklaşımı olan neurofeedback eğitiminin, sporcuların performansının yanı sıra bölünmüş dikkati (işitsel ve görsel) ve odaklanmış dikkati de arttırdığı tespit edilmiştir.

Kim ve ark. (2019) elit ve üniversite seviyesindeki Koreli okçular arasında atış için görsel tarama davranışı ve dikkat stratejileri üzerine araştırma yapmıştır. Çalışmada, olimpiik ve üniversite okçuları arasındaki görsel tarama davranışı ve dikkat dağıtıcı unsurlara karşı direnç açısından farklılıkları üzerinde durulmuştur. Araştırmaya milli takım düzeyindeki sporcular ile üniversite okçularından oluşan 14 sporcu katılmıştır. Katılımcılar seviyelerine göre iki gruba ayrılmıştır. Deneyin birinci bölümünde, katılımcıların bir okçuluk gösterisinin aşamalarına karşılık gelen altı aşamadan oluşan bir Test Simülasyon Filmi izletilmiştir. Bu aşamada katılımcıların göz hareketleri, video tabanlı bir göz izleme sistemi kullanılarak kaydedilmiştir. Deneyin ikinci bölümünde ise katılımcıların işitsel ve görsel dikkatini etkilemek için çeldirici ses ile ekranda açılıp kapanan renkli daire efektleri kullanılmıştır. Çalışma bulgularına göre, atışın ilk aşamalarında, olimpiyat okçuları üniversitedeki okçulara göre daha sık ve daha uzun odaklanma göstermiştir. Atışın sonraki aşamalarında grupların görsel tarama modelleri önemli ölçüde farklılık göstermemiştir. Çalışma kapsamındaki ikinci deneyde işitsel ve görsel dikkat dağıtıcılar, olimpiyat okçularının dikkat dağıtıcı türü ne olursa olsun daha uzun süreli odaklanma ve daha az göz hareketi sergilemesine yol açmıştır. Çalışma sonucunda, Kore milli takımı okçuları dikkat stratejilerini üniversite okçularına göre daha verimli bir şekilde değiştirdiği ve görev taleplerine göre odaklanmış dikkatlerini genişletip daralttıkları tespit edilmiştir.

Korobeynikova ve ark. (2017), okçularda dikkat dinamiği özellikleri üzerine bir araştırma yapmışlardır. Sporcuların dikkat özellikleri, branşın cinsiyeti, yaşı, deneyimi ve yetkinlik düzeyine bağlı olarak değerlendirilmiştir. Çalışmaya Rusya'nın farklı bölgelerinden 34 erkek ve 31 kadın olmak üzere toplam 65 okçuluk sporcusu katılmıştır, Araştırma sonuçları, okçuların yüksek dikkat istikrarı göstergeleri ve ayrıca dikkat problemlerini çözmede yüksek verimlilik ile karakterize olduklarını ortaya koymuştur.

Gonzalez ve ark. (2017) saha ve laboratuvar bazlı görevleri kullanarak okçulukta sessiz gözün keşfedilmesi üzerine çalışma yapmıştır. Bilgisayar tabanlı bir okçuluk görevi kullanarak sahada ve laboratuvarda 10 elit ve 10 acemi okçunun sessiz göz hareketleri incelenmiştir. Bilgisayar görevi, bir Joystick kullanarak okçuluk hedeflerini vurmaktan oluşmuştur. Görev

karmaşıklığının ve işlem taleplerinin etkilerinin kontrollü olarak incelenmesine olanak sağlamak için yüksek ve düşük seviyelerde rastgele gürültü (görsel hareket bozulması) tanıtılmıştır. Bu bilgisayar görevinde ayrıca okçu olmayan 10 kişiden oluşan ek bir grup da kontrol grubu olarak test edilmiştir. Hem sahada hem de bilgisayar görevlerinde göz hareketleri elektro-okülografi kullanılarak ölçülmüştür. Araştırma neticesinde elit okçular, saha görevinde acemi okçulara kıyasla daha uzun sessiz göz performansı sergilemiştir. Bilgisayar görevinde de elit okçular yine daha uzun sessiz göz performansı sergileyerek okçu olmayanlara kıyasla daha isabetli sonuçlar elde ettikleri tespit edilmiştir. Ayrıca elit okçular, acemilere ve okçu olmayanlara kıyasla yüksek gürültü koşullarında sessiz göz performansına daha erken başladığı ve daha uzun bir performans sergiledikleri tespit edilmiştir.

Behan ve Wilson (2008) durumluk kaygı ve görsel dikkat ile ilgili uzak bir hedefe nişan almada sessiz gözün rolü üzerinde araştırma yapmıştır. 20 katılımcı, bir Joystick kullanarak hedefe nişan alıp ok atmayı içeren simüle edilmiş bir okçuluk görevi üzerinde eğitilip, ardından yaşadıkları kaygıyı manipüle etmek için tasarlanan iki dengeli deneysel koşulda yarıştırmıştır. Araştırma sonucunda, uzak nişan alma görevlerinde görsel dikkatin ideal bir organizasyonunun olduğunu öne sürülmüştür. Bu etki, hatalı çekimlerin aksine doğru çekimler için önemli ölçüde daha uzun sessiz göz süreleri ile tespit edilmiştir. Aynı zamanda katılımcıların endişeli olduklarında sessiz göz sürelerinin azaldığı görülmüştür.

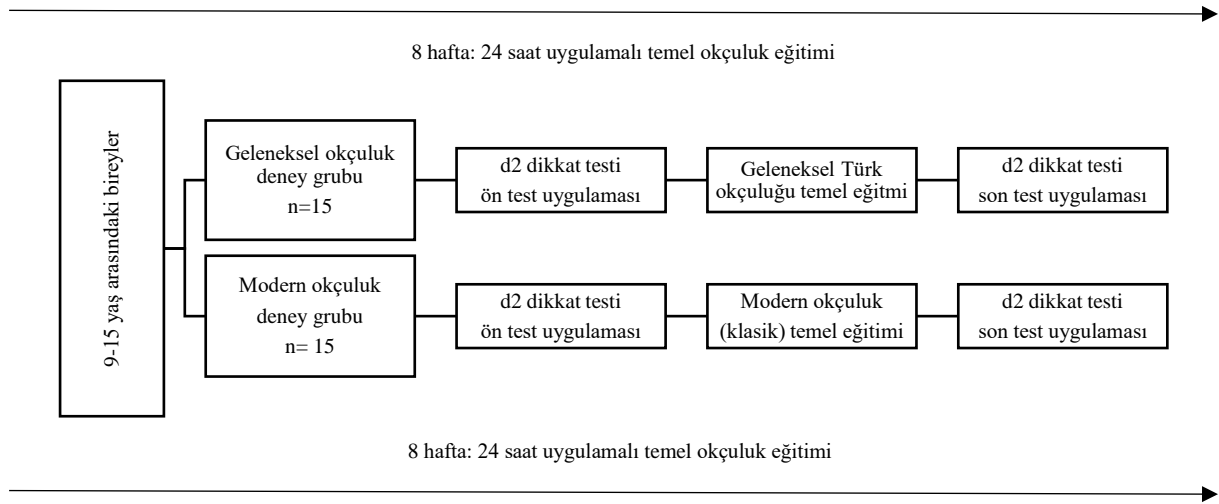
BÖLÜM 3

3. YÖNTEM

Bu bölümünde araştırmada kullanılan model, çalışma grubu, veri toplama araç ve teknikleri ile verilerin analiz açıklamalarına yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Klasik ve geleneksel okçuluk eğitiminin, katılımcıların ok atış performansı ile dikkat düzeylerine etkisi üzerinde yoğunlaşmıştır. Çalışmada, nicel araştırma yöntemlerinden deneysel araştırma modeli çift grup ön test-son test tekniği kullanılmıştır. Bu tekniğin kullanıldığı araştırmalarda, iki ya da daha fazla grup üzerinde yapılan uygulamaların, bazı değişkenler üzerindeki etkilerinin farklılaşma boyutu incelenmiştir. Yaz Spor Okulları kapsamında okçuluk branşını tercih eden ve daha önce okçuluk eğitimi almamış 9-15 yaş aralığındaki bireyler iki gruba ayrılmıştır. Okçuluk eğitimine başlamadan önce güvenilirlik ve geçerlik çalışması yapılmış bir ölçme aracı ile bireylerin dikkat seviyelerini tespit etmek için ön test yapılmıştır. İki deney grubundan birisine 8 hafta klasik okçuluk eğitimi, diğer deney grubu da aynı zaman diliminde Geleneksel Türk Okçuluğu eğitimi uygulanmıştır. 8 haftalık okçuluk eğitiminin tamamlanması ile son test uygulaması yapılarak bireylerin son durum dikkat seviyeleri ölçülmüştür. Araştırmanın program akışı Şekil 3.1.'de gösterilmiştir.



Şekil 3.1. Araştırmanın program akışı

Çalışmanın hazırlık aşamasında Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı'ndan 14/07/2023 tarihinde “uygun” etik kurul kararı onayı alınmıştır. Sonrasında araştırmanın yapıldığı spor tesisinin bağlı olduğu

kurum, Meram Belediyesi Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürlüğü'nden 08/08/2023 tarihinde gerekli izin yazısı alınarak saha uygulama çalışması başlamıştır.

3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmaya Konya ilinde ikamet eden ve Meram Belediyesi Yaz Spor Okulu kapsamında okçuluğu tercih eden 9-15 yaş arasındaki bireyler dahil edilmiştir. Çalışmaya gönüllü olarak katılım sağlayan kişiler arası rastgele yöntemle belirlenip gruplara ayrılmıştır. Klasik okçuluk deney grubu (15) ve geleneksel okçuluk deney grubu (15) olmak üzere daha önce okçuluk eğitimi almamış toplam 30 kişi çalışmaya katılmıştır.

3.3. Veri Toplama Araç ve Teknikleri

Çalışmada veri toplama aracı olarak, D2 Dikkat Testi ile Araştırmacı tarafından çalışmanın amacına yönelik oluşturulan Kişisel Bilgi Formu ve Sekiz Haftalık Temel Okçuluk Eğitim Programı kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel bilgi formu

Çalışmada yer alan katılımcıların demografik özelliklerine ait bilgilerin toplanması amacıyla araştırmacı tarafından kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Form içerisinde; yaş, cinsiyet, okul türü, statüsü ile sınıf bilgisi, okul başarı puanı ve baskın el ile ilgili 7 maddelik soru ve seçeneklerden oluşmaktadır.

3.3.2. D2 dikkat testi

D2 dikkat testi, Brickenkamp (1981) tarafından geliştirilen, geçerlik ve güvenilirliği yapılan bir ölçme aracıdır. Testin Türkçe'ye adaptasyonu Toker (1990) tarafından yapılmıştır. D2 Dikkat Testi'nin psiko-metrik özellikleri kabul edilir düzeydedir ve bu envanter Türkiye'de yürütülen araştırmalarda kullanılabilir niteliktedir. Ayrıca D2 Dikkat Testi'nin Türkiye'deki sporcularda geçerliği ve güvenilirliği ile ilgili çalışmada da testin geçerliğine ilişkin olumlu sonuçlara ulaşılmıştır. Testin hem Türkiye'de hem de sporcular üzerinde geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının olumlu yönde tamamlanmış olması bu çalışmada D2 Dikkat Testi'nin tercih edilmesinde etkili olmuştur. D2 Dikkat Testi zamana bağlı olarak, seçici dikkati ölçen bir testtir. Görevin yapılma hızı, kurallara uyum ve performans kalitesi ölçülen alt özelliklerdir. D2 Dikkat Testi 'nde uygulanan görsel tarama seçici dikkatin önemli bir bileşeni olduğu ifade edilmiştir (Toker 1990; Türker, 2022).

D2 Dikkat Testi 9-60 yaş arasındaki kişilere bireysel veya grup olarak uygulanmaktadır. Bir sayfalık test formunda 14 sıra ve her sırada 47 adet olmak üzere toplam 658 figür mevcuttur.

Test içerisinde ‘d’ ve ‘p’ harfleri kullanılmaktadır. Bazı harflerin altında veya üstünde toplam bir, iki, üç ve dört nokta yer almaktadır. Testte harfler, noktaları aldığı yerler ve sayılarına göre toplam 16 farklı şekilde bulunabilmektedir. Testi alan katılımcının temel görevi, toplam iki noktası olan ‘d’ harfini bulup işaretlemesidir. İki noktalı “d” harfi testte üç farklı şekilde yer almaktadır. Testi alan katılımcıya her sırada belirtilen görevi yerine getirebilmesi için 20 saniye süre verilmektedir. Testin uygulanma süresi yaklaşık sekiz dakikadır. Grup uygulamalarında hazırlık sürecinde yönergelerin sunulması, yönergelerin anlaşıldığının kontrolü ve örnek uygulama dolayısıyla test uygulamasının dışında 7-8 dakikaya daha gereksinim söz konusudur (Yaycı, 2013).

D2 Dikkat Testi’nde bulunan kısaltmalar ve anlamları ile elde edilen puanlara yönelik bilgiler aşağıda verilmiştir (Çağlar ve Koruç, 2006).

İşlenen toplam madde sayısı (TN): Hem ilgili hem de ilgili olmayan, işlenen tüm maddelere ilişkin performansın niceliksel ölçümüdür.

Toplam Hata (E): İşaretlenmemiş (E1) ve yanlış işaretlenmiş harfleri (E2) kapsar.

Hata Yüzdesi (%E): Performansın niteliksel yönünü ölçen bir değişkendir. İşlem gören tüm maddeler içinde yapılan hata oranını temsil eder. Hata oranı azaldıkça, deneğin doğruluğu, işin niteliği ve dikkat yetisinin düzeyi artar.

Test boyunca işaretlen harfler (TN), Toplam Madde – Hata (TN-E): Taranan toplam madde sayısı eksi hata puanlarıdır. Toplam performans puanı TN-E’dir. TN-E normal dağılım gösterir, yüksek düzeyde güvenilirdir ve performansın doğruluğu ve hızı arasındaki ilişkinin ölçümünü verir. Ek olarak TN-E, performansın nitel yönünden çok nicel yanına daha fazla ağırlık verir. Normal olmayan durumlarda, nicel ve nitel puanlar (toplam puan ve hata yüzdesi) aşırı derecede yüksek olduğunda TN-E, toplam performansı fazla göstermeye eğilimlidir.

Konsantrasyon Performansı (CP): Doğru olarak işaretlenen ilgili madde sayısından, E2’nin çıkarılması ile elde edilir. TN-E’ye gibi CP, ayırt etmeksizin tüm harfleri işleme ya da rastgele test bölümlerini atlama gibi eğilimlerle bozulmaz.

Dalgalanma Oranı (FR): İşlenmiş maksimum madde sayısının bulunduğu sıra ile minimum madde sayısının bulunduğu sıra arasındaki farktır. Testin az güvenilir ölçümlerinden biridir. Aşırı yüksek düzeydeki FR puanları, çalışma hızındaki tutarsızlığı ya da motivasyon düşüklüğü ile ilgilidir. TN-E, toplam performansı gösteren bir puandır, yüksek oranda güvenilirdir ve performansın doğruluğu ve hızı arasındaki ilişkinin ölçümünü gösterir.

D2 Dikkat Testinden elde edilen TN-E puanının yüzdelik dilimlerine göre; %50-60 düzeyinde olanlar kötü, %60-70 vasat, %70-85 normal, %85 üzeri ise çok iyi olarak değerlendirilmektedir. D2 Dikkat Testi'nin puanlamasında Toker (1990), Çağlar ve Koruç (2006) ile Yayıcı'nın (2007) çalışmaları referans alınmıştır.

3.3.3. Temel okçuluk eğitimi ve antrenman programı

Çalışmada, Geleneksel Türk Okçuluk ve Klasik (olimpik) okçuluk dalına özgü araç gereçler kullanılarak 8 haftalık temel okçuluk eğitimi ve antrenman programı uygulanmıştır. Çalışmada yer alan 9-15 yaş arasındaki katılımcıların çocuk ile ergenlik çağında ve daha önce okçuluk eğitimi almadıkları için sekiz haftalık süreçte temel okçuluk malzemeleri ile eğitim verilmiştir. Katılımcılara Geleneksel Türk Okçuluk Eğitimi; Çarşamba ve Cuma günleri, Klasik Okçuluk Eğitimi; Salı ve Perşembe günleri yapılmıştır. Her ders 1,5 saat olmak üzere haftada 3 saat, toplam 8 haftalık süreçte ise 24 saat uygulamalı okçuluk eğitimi verilmiştir. Çalışmalarda kullanılan araç gereçler ile temel okçuluk eğitimi ve antrenman programı ile ilgili genel bilgiler aşağıdaki tablo 3.1. ve 3.2.'de verilmiştir.

Tablo 3.1. Klasik okçuluk temel eğitimi ve antrenman programı

Hazırlık Eğitimi	Okçuluk ve modern okçuluk tarihi hakkında kısa bilgiler aktarıldı. Klasik okçulukta kullanılan ekipmanlar tanıtıldı. Katılımcılara okçuluk sahası, güvenlik kuralları ve eğitim ile ilgili bilgiler teorik ve uygulamalı olarak verildi.	
Hafta/Gün	Salı	Perşembe
1. Hafta	Katılımcıların yaş, boy, vücut tipi, baskın el ve gözleri tespit edildi. Katılımcılar, fiziksel özelliklerine göre sınıflandırıldı. Elastik bant ile ayna karşısında kol açış (ön, arka, yan) alıştırmaları (3 set x 10 tekrar) Yay basış kolunun duvar üzerinde rotasyon-kilitleme hareket çalışmaları (3 set x 10 tekrar) Ayna karşısında simülasyon yay basış, çekiş, çene altı referans noktasında bekleyiş ve parmakların açış alıştırmaları	Ayna karşısında simülasyon (hayali) yay çekiş ve bırakışın komut ile alıştırmaları Duruş, ön kol hedefe doğru yöneltme, arka kol çekiş Üç parmakların çene altı pozisyonu Tam çekiş pozisyonunda bekleme Dirsek taşınmalı üç parmakların açış Ayna karşısında elastik bant ile kol açış alıştırmaları: 3 set x 10 tekrar Ayna karşısında elastik bant ile tam çekiş, çene altı referans noktasında bekleyiş alıştırmaları: 3 set x 7 tekrar / çene alt noktasında bekleme süresi: 3-5 saniye Ayna karşısında elastik bant ile tam çekiş, çene altı referans noktasında bekleyiş ve parmakların açış alıştırmaları: 3 set x 7 tekrar / çene alt noktasında bekleme süresi: 3-5 saniye
2. Hafta	Elastik bant ile ayna karşısında kol açış alıştırmaları: 3 set x 10 tekrar Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları: 3 set x 10 tekrar Yay basış, kiriş kavrama ve çekiş alıştırmaları Yay tam çekiş pozisyonu ile kirişin burun ve çene referans noktalarına sabitlenmesi Yay çekiş kolu parmakların çene altı referans noktasına sabitlenmesi / çapa atma alıştırmaları	Elastik bant ile ayna karşısında kol açış alıştırmaları: 3 set x 10 tekrar Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları: 3 set x 10 tekrar Yay basış, kiriş kavrama ve çekiş alıştırmaları Yay tam çekiş pozisyonu ile kirişin burun ve çene referans noktalarına sabitlenmesi Yay tam çekiş ve çene altı referans noktasında bekleme alıştırmaları: 3 set x 5-10-15-20 saniye bekleme

<p>3. Hafta</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açıları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş alıştırmaları (3 set x 10 tekrar) Parmak ipi kullanımının gösterilmesi ve alıştırmaları Boş hedef bölgesine 3 metre mesafe; 3 ok x 3 seri toplam 9 ok atışı Ok atışlarında seriler; sıralı-komut ve serbest atış olmak üzere 3 farklı yöntem ile yapıldı.</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açı alıştırmaları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş alıştırmaları (3 set x 10 tekrar) Parmak ipi kullanımının tekrar gösterilmesi ve alıştırmaları Boş hedef bölgesine 3 metre mesafe; 3 ok x 3 seri toplam 9 ok atışı Ok atışlarında seriler; sıralı-komut ve serbest atış olmak üzere 3 farklı yöntem ile yapıldı.</p>
<p>4. Hafta</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açıları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş alıştırmaları (3 set x 12 tekrar) Nişan alma (kesiştirme) yönteminin gösterilmesi ve alıştırmaları Yay tam çekiş, bekleyiş ve nişan alma (3 set x 12 tekrar / 3-5 saniye bekleme) Atış evresinde dirsek taşıma ile parmakların açışı ve basış kolun yayı öne doğru itme tekniklerinin alıştırmaları Nişangah ayarlama yönteminin gösterimi ve alıştırmaları 5 metre mesafe; 3 ok x 3 seri x 2 set, toplam 18 ok atışı Hedef kâğıdı: 60 cm</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açıları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş alıştırmaları (3 set x 12 tekrar) Nişan alma (kesiştirme) yönteminin tekrar gösterilmesi ve alıştırmaları Yay tam çekiş, bekleyiş ve nişan alma (3 set x 12 tekrar / 3-5 saniye bekleme) Atış evresinde dirsek taşıma ile parmakların açışı ve basış kolun yayı öne doğru itme tekniklerinin alıştırmaları Nişangah ayarlama yönteminin gösterimi ve alıştırmaları 5 metre mesafe; 3 ok x 3 seri x 2 set, toplam 18 ok atışı Hedef kâğıdı: 60 cm</p>
<p>5. Hafta</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açıları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş alıştırmaları (3 set x 15 tekrar) Yay tam çekiş, bekleyiş ve nişan alma (3 set x 15 tekrar / 3-5 saniye bekleme) 10 metre mesafe; 3 ok x 3 seri x 3 set, toplam 27 ok atışı Hedef kâğıdı: 60 cm</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açıları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş ve bırakış alıştırmaları (3 set x 15 tekrar) Yay tam çekiş, bekleyiş ve nişan alma (3 set x 15 tekrar / 3-5 saniye bekleme) 10 metre mesafe; 3 ok x 3 seri x 3 set, toplam 27 ok atışı Hedef kâğıdı: 60 cm</p>
<p>6. Hafta</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açıları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş alıştırmaları (3 set x 18 tekrar) Yay tam çekiş, bekleyiş ve nişan alma (3 set x 18 tekrar / 3-5 saniye bekleme) 15 metre mesafe; 3 ok x 3 seri x 3 set, toplam 27 ok atışı Hedef kâğıdı: 60 cm</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açıları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş alıştırmaları (3 set x 18 tekrar) Yay tam çekiş, bekleyiş ve nişan alma (3 set x 18 tekrar / 3-5 saniye bekleme) 15 metre mesafe; 3 ok x 3 seri x 3 set, toplam 27 ok atışı Hedef kâğıdı: 60 cm</p>
<p>7. Hafta</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açıları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş alıştırmaları (3 set x 20 tekrar) Yay tam çekiş, bekleyiş ve nişan alma (3 set x 20 tekrar / 3-5 saniye bekleme) 15 metre mesafe; 3 ok x 5 seri x 2 set, toplam 30 ok atışı Hedef kâğıdı: 60 cm</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açıları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş alıştırmaları (3 set x 20 tekrar) Yay tam çekiş, bekleyiş ve nişan alma (3 set x 20 tekrar / 3-5 saniye bekleme) 15 metre mesafe; 3 ok x 5 seri x 2 set, toplam 30 ok atışı Hedef kâğıdı: 60 cm</p>
<p>8. Hafta</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açıları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş alıştırmaları (3 set x 22 tekrar) Yay tam çekiş, bekleyiş ve nişan alma (3 set x 22 tekrar / 3-5 saniye bekleme) 18 metre mesafe; 3 ok x 5 seri x 2 set, toplam 30 ok atışı Hedef kâğıdı: 60 cm</p>	<p>Elastik bant ile ayna karşısında kol açıları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Yay tam çekiş ve çene altı pozisyonu (25 tekrar) Yay tam çekiş, bekleyiş ve nişan alma (25 tekrar / 3-5 saniye bekleme) Puanlama ok atışları: 18 metre mesafe, 3 ok x 5 seri x 2 set, toplam 30 ok atışı Süre: 10 saniye hazırlık + 90 saniye atış süresi Hedef kâğıdı: 60 cm</p>
<p>Kullanılan Araç ve Gereçler</p>	<p>Ahşap gövde temel eğitim yaylar (yayların çekiş kuvveti:18-28 libre arası, yay uzunlukları: 54” – 68”) Karbonfiber oklar (spine değerleri: 900- 1300 arası, ok uzunlukları: 24”- 28” arası) Eva hedef minderi ve 60 cm 10’lu hedef yüzü Elastik bant (theraband) Okluk (sadak- tirkeş) Deri parmaklık Parmak ipi Kol koruyucu / kolluk</p>	

Tablo 3.2. Geleneksel Türk okçuluk temel eğitimi antrenman programı

Hazırlık Eğitimi	Okçuluk ve Geleneksel Türk Okçuluk tarihi hakkında kısa bilgiler aktarıldı. Geleneksel okçulukta kullanılan ekipmanlar tanıtıldı. Katılımcılara okçuluk sahası, güvenlik kuralları ve eğitim ile ilgili bilgiler teorik ve uygulamalı olarak verildi.	
Hafta/Gün	Çarşamba	Cuma
1. Hafta	Katılımcıların yaş, boy, vücut tipi, baskın el ve gözleri tespit edildi. Katılımcılar, fiziksel özelliklerine göre sınıflandırıldı. Elastik bant ile ayna karşısında kol açış (ön, arka, yan) alıştırmaları yapıldı. Yay basış kolunun duvar üzerinde rotasyon-kilitleme hareket çalışmaları yapıldı.	Ayna karşısında simülasyon (hayali) yay çekiş ve bırakışın komut ile alıştırmaları Duruş, ön kol hedefe doğru itme, arka kol çekiş Başparmak / mandallama çekiş tekniği alıştırmaları Kulak noktası tam çekiş pozisyonunda bekleme Elastik bant ile ayna karşısında kol açışları ve çekiş ile bırakış alıştırmaları
2. Hafta	Elastik bant ile ayna karşısında kol açış alıştırmaları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Kepaze yay tutuş, kullablama ile tam çekiş alıştırmaları Tam çekiş pozisyonu ile parmakların kulak yumuşak noktasına yaslanmasına yönelik duvar çalışması Kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 20 tekrar sağ kol + 20 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş	Elastik bant ile ayna karşısında kol açış alıştırmaları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Kepaze yay tutuş, kullablama ile tam çekiş alıştırmaları Tam çekiş pozisyonu ile parmakların kulak yumuşak noktasına yaslanmasına yönelik duvar çalışması Kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 20 tekrar sağ kol +20 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş
3. Hafta	Elastik bant ile ayna karşısında kol açış alıştırmaları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Kepaze yay tutuş, kullablama ile tam çekiş alıştırmaları Kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 25 tekrar sağ kol + 25 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Mandallama tekniği ile kepaze yay çekiş alıştırmaları: 2 set x 25 tekrar/ 3 saniye bekleyiş Ok gezleme usullerinin öğretilmesi ve uygulanması	Elastik bant ile ayna karşısında kol açış alıştırmaları Elastik bant çekiş ve bırakış alıştırmaları Kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 25 tekrar sağ kol + 25 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Mandallama tekniği ile kepaze yay çekiş alıştırmaları: 2 set x 25 tekrar/ 3 saniye bekleyiş Kepaze yay ok gezleyip mandallama tekniği ile çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 25 tekrar/ 3 sn. bekleyiş
4. Hafta	Kullablama usul kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 30 tekrar sağ kol + 30 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Mandallama tekniği ile kepaze yay çekiş alıştırmaları: 2 set x 30 tekrar / 3 saniye bekleyiş Kepaze yay ok gezleyip mandallama tekniği ile çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 30 tekrar/ 3 saniye bekleyiş Ferke ve hatra atış tekniklerinin gösterilmesi ile alıştırmaları Torba atışı: 2 metre mesafe, yumuşak çekimli yay, 3 tüysüz ok x 5 seri boş hedef bölgesine atış	Kullablama usul kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 30 tekrar sağ kol + 30 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Mandallama tekniği ile kepaze yay çekiş alıştırmaları: 2 set x 30 tekrar / 3 saniye bekleyiş Kepaze yay ok gezleyip mandallama tekniği ile çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 30 tekrar/ 3 saniye bekleyiş Hatra ve ferke tekniklerinin öğretilmesi ve alıştırmaları Torba atışı: 2 metre mesafe, yumuşak çekimli yay, 3 tüysüz ok x 5 seri boş hedef bölgesine atış
5. Hafta	Kullablama kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 35 tekrar sağ kol + 35 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Mandallama tekniği ile kepaze yay çekiş alıştırmaları: 2 set x 35 tekrar / 3 saniye bekleyiş Kepaze yay ok gezleyip mandallama tekniği ile çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 35 tekrar/ 3 saniye bekleyiş Torba atışı: 2 metre mesafe, yumuşak çekimli yay, 5 tüysüz ok x 5 seri boş hedef bölgesine atış Kullablama tutuş tekniği ile (+5 libre) yay ile tam çekiş ve bekleyiş alıştırmaları Soğuma çalışması; kepaze yay ile mandallama usulü çekiş: 35 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye	Kullablama usul kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 35 tekrar sağ kol + 35 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Mandallama tekniği ile kepaze yay çekiş alıştırmaları: 2 set x 35 tekrar / 3 saniye bekleyiş Kepaze yay ok gezleyip mandallama tekniği ile çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 35 tekrar/ 3 saniye bekleyiş Torba atışı: 2 metre mesafe, yumuşak çekimli yay, 5 tüysüz ok x 5 seri boş hedef bölgesine atış Kullablama tutuş tekniği ile (+5 libre) yay ile tam çekiş ve bekleyiş alıştırmaları Soğuma çalışması; kepaze yay ile mandallama usulü çekiş: 35 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye
6. Hafta	Kullablama usul kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 40 tekrar sağ kol + 40 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Atış yayı ile mandallama usul ok gezli çekiş: 10 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye Nişan alma usullerinin gösterilmesi ve alıştırmaları	Kullablama usul kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 40 tekrar sağ kol + 40 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Atış yayı ile mandallama usul ok gezli çekiş: 10 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye Nişan alma usullerinin gösterilmesi ve alıştırmaları

	5 metre atış mesafesi; atış yayı ile 5 tüylü ok x 5 seri putaya atış çalışması Kullablama giriş tutuş tekniği ile (+5 libre) yay ile tam çekiş ve bekleyiş alıştırmaları Soğuma çalışması; kepaze yay ile mandallama usulü çekiş: 40 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye	10 metre atış mesafesi; atış yayı ile 5 tüylü ok x 5 seri putaya atış çalışması Kullablama giriş tutuş tekniği ile (+5 libre) yay ile tam çekiş ve bekleyiş alıştırmaları Soğuma çalışması; kepaze yay ile mandallama usulü çekiş: 40 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye
7. Hafta	Kullablama usul kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 45 tekrar sağ kol + 45 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Atış yayı ile mandallama usul ok gezli çekiş: 12 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye 15 metre mesafe; atış yayı ile 5 ok x 5 seri puta atışı Kullablama tutuş tekniği ile (+5 libre) yay ile tam çekiş ve bekleyiş alıştırmaları Soğuma çalışması; kepaze yay ile mandallama usulü çekiş: 45 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye	Kullablama usul kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 45 tekrar sağ kol + 45 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Atış yayı ile mandallama usul ok gezli çekiş: 12 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye 15 metre mesafe; atış yayı ile 5 ok x 5 seri puta atışı Kullablama tutuş tekniği ile (+5 libre) yay ile tam çekiş ve bekleyiş alıştırmaları Soğuma çalışması; kepaze yay ile mandallama usulü çekiş: 45 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye
8. Hafta	Kullablama usul kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 50 tekrar sağ kol + 50 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Atış yayı ile mandallama usul ok gezli çekiş: 15 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye Ayna karşısında elastik bant ile çekiş ve bırakış çalışması: 50 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye 18 metre mesafe; atış yayı ile 5 ok x 7 seri puta atışı Soğuma çalışması; kepaze yay ile mandallama usulü çekiş: 50 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye	Kullablama usul kepaze yay çekiş ve bekleyiş alıştırmaları: 2 set x 50 tekrar sağ kol + 50 tekrar sol kol yay çekiş / 2-3 saniye bekleyiş Atış yayı ile mandallama usul ok gezli çekiş: 15 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye Puanlama ok atışları: 18 metre mesafe, atış yayı ile 5 ok x 7 seri puta atışı 8-11 yaş: 2-1 puanlama, 12 yaş ve üstü: 3-1 puanlama, Süre: 10 saniye hazırlık + 100 saniye atış süresi Soğuma çalışması; kepaze yay ile mandallama usulü çekiş: 50 tekrar / küşad noktasında bekleme süresi: 3 saniye
Kullanılan Araç Gereçler	Kepaze yaylar Lamine atış yayları (yay çekiş kuvveti: 25-30-35 libre arası) Put a ve torba okları (uzunluk: 65-72 cm arası) Katmanlı hedef minderi ve puta hedef yüzü Elastik bant (theraband) Okluk (sada k- tirkeş) Okçu yüzüğü / zihgir (deri parmaklık) Kolçak (kolluk)	

3.4. Verilerin Toplanması

Meram Belediyesi Yaz Spor Okulları döneminin başlangıcında Araştırmacı tarafından (2. Kademe Okçuluk Antrenörü) katılımcılar ve velilere yapılan çalışma ile ilgili bilgiler aktarılmıştır. Çalışmaya gönüllü katılmak isteyen katılımcıların velilerinden “Veli Onam Formu” doldurularak izinleri alınmıştır. Bir sonraki aşamada Araştırmacı tarafından düzenlenen “Kişisel Bilgi Formu” ile katılımcıların bilgileri toplanmıştır. Okçuluk eğitimine başlamadan önce çalışma gruplarına D2 Dikkat Testi'nin ön test uygulaması yapılmıştır. 8 haftalık temel okçuluk eğitiminin ardından çalışma gruplarına son test uygulanarak veriler elde edilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Bu araştırmada elde edilen verilerin analizi için SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) programının 27. sürümü kullanılmıştır. Veri analizi süreci, öncelikle frekans analizi

ile başlamış, ardından normallik analizleri gerçekleştirilmiş ve son olarak bağımsız ve bağımlı gruplar için t-testi analizleri uygulanmıştır.

Araştırmanın ilk aşamasında, elde edilen verilerin temel dağılım özellikleri frekans analizi ile incelenmiştir. Bu analiz, çalışmada ele alınan değişkenlerin dağılımının anlaşılması açısından önem taşımaktadır. Frekans analizi sonucunda, her bir değişkenin ve demografik özelliğin frekansları ve yüzdeleri gibi temel istatistikleri elde edilmiştir. Bu sayede, demografik özelliklerin ve değişkenlerin genel eğilimleri ve dağılım karakteristikleri hakkında ön bilgi sağlanmıştır. Araştırmada, kullanılan veri setinin normal dağılıma uygunluğu iki farklı test ile değerlendirilmiştir. Skewness-Kurtosis ve Shapiro-Wilk testleri. Normallik analizi, verilerin parametrik testlerin varsayımlarını karşılayıp karşılamadığını belirlemek için önemlidir. Skewness ve Kurtosis değerleri, veri setinin simetrisi ve zirveliliği hakkında bilgi verirken, Shapiro-Wilk testi verinin normal dağılıma ne derecede uygun olduğunu test etmek için kullanılmıştır. Analiz sonuçları, veri setinin normal dağılım varsayımlarına uygunluğu hakkında bilgi sağlamıştır. Araştırmada, iki farklı grup arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için bağımsız gruplar t-testi uygulanmıştır. Bu analiz, iki grubun ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını test etmek için kullanılmıştır. Test sonucunda elde edilen p-değeri, gruplar arasındaki farkın anlamlılığını belirlemek için değerlendirilmiştir. Aynı örneklem üzerinde iki farklı zaman noktasında veya iki farklı koşul altında ölçülen değişkenler arasındaki farkları değerlendirmek için bağımlı gruplar t-testi kullanılmıştır. Bu analiz, örneği ön test-son test tasarımlarında veya eşleştirilmiş örneklem tasarımlarında kullanılır. Bağımlı gruplar t-testi, iki durum arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını belirlemeye yardımcı olur.

Gerçekleştirilen analizler, araştırma sorularını yanıtlamak ve hipotezleri test etmek için gerekli istatistiksel temelleri sağlamıştır. Her bir analiz, veri setinin özelliklerini detaylı bir şekilde inceleyerek araştırmanın güvenilirliğini ve geçerliliğini desteklemiştir.

BÖLÜM 4

4. BULGULAR

Tablo 4.1. Araştırma Grubuna Yönelik Demografik Bulgular

Geleneksel Okçuluk	N	%	Modern Okçuluk	N	%
Cinsiyet			Cinsiyet		
Erkek	6	40.0%	Erkek	4	26.7%
Kadın	9	60.0%	Kadın	11	73.3%
Yaş			Yaş		
9	7	46.7%	9	3	20.0%
10	2	13.3%	10	4	26.7%
11	4	26.7%	11	0	0.0%
12	1	6.7%	12	1	6.7%
13	1	6.7%	13	1	6.7%
14	0	0.0%	14	2	13.3%
15	0	0.0%	15	4	26.7%
Öğrenim Durumu			Öğrenim Durumu		
İlkokul	7	46.7%	İlkokul	5	33.3%
Ortaokul	8	53.3%	Ortaokul	3	20.0%
Lise	0	0.0%	Lise	7	46.7%
Sınıf			Sınıf		
1	2	13.3%	1	4	26.7%
2	5	33.3%	2	5	33.3%
3	6	40.0%	3	3	20.0%
4	2	13.3%	4	3	20.0%
Okulun Statüsü			Okulun Statüsü		
Devlet	9	60.0%	Devlet	15	100.0%
Özel	6	40.0%	Özel	0	0.0%
Yıl Sonu Başarı Puanı			Yıl Sonu Başarı Puanı		
50 ve altı	0	0.0%	50 ve altı	0	0.0%
50-60	0	0.0%	50-60	1	6.7%
61-70	0	0.0%	61-70	0	0.0%
71-80	1	6.7%	71-80	3	20.0%
81-90	3	20.0%	81-90	2	13.3%
91-100	11	73.3%	91-100	9	60.0%
Günlük Hayatta Kullanılan El			Günlük Hayatta Kullanılan El		
Sol	1	6.7%	Sol	1	6.7%
Sağ	14	93.3%	Sağ	14	93.3%

Tablo 4.1. araştırma grubuna yönelik demografik bulguları sunmaktadır. Araştırma grubu, geleneksel okçuluk ve modern okçuluk yapan bireyler olarak iki gruba ayrılmıştır. Geleneksel okçuluk grubu 6 erkek ve 9 kadın olmak üzere toplamda 15, modern okçuluk grubu 4 erkek ve 11 kadın olmak üzere toplamda 15 kişiden oluşmuştur. Geleneksel okçuluk grubunun yaşlarının 9 ila 13 (9 yaş ağırlıklı olmak üzere, 7 kişi), modern okçuluk grubunun yaşları 9 ila 15 arasında olduğu görülmüştür (9 ve 15 yaş ağırlıklı olmak üzere, 4 kişi). Geleneksel okçuluk grubunun öğrenim durumları ilkokul ve ortaokul, modern okçuluk grubunun öğrenim durumları ilkokul, ortaokul ve lise olarak dağılım göstermiştir. Araştırmaya katılan 30 kişinin büyük

çoğunluğu devlet okulunda okuduğu belirlenmiştir (24 kişi). Yıl sonu başarı puanları baz alındığında yine büyük çoğunluğun 91-100 arasında başarı puanına sahip olduğu görülmüştür (20 kişi). Ayrıca, günlük hayatta kullanılan el sınıflandırmasında büyük çoğunluğun sağ elini kullandığı tespit edilmiştir (28 kişi).

Tablo 4.2. Araştırma Grubuna Uygulanan Testlere Yönelik Normallik Bulguları – Geleneksel Okçuluk

	N	Ortalama	SS	Skewness	Std. Hata	Kurtosis	Std. Hata	Shapiro-Wilk W	Shapiro-Wilk p
PH (Ön Test)	15	163	51.7	1.10	0.580	0.771	1.12	0.885	0.057
SDD (Ön Test)	15	16.7	12.3	1.43	0.580	1.66	1.12	0.827	0.008*
ÖÖG (Ön Test)	15	3.73	3.41	1.37	0.580	1.23	1.12	0.816	0.006*
KP (Ön Test)	15	160	52.3	1.08	0.580	0.640	1.12	0.879	0.045
TP (Ön Test)	15	143	56.3	1.06	0.580	0.311	1.12	0.870	0.034*
PH (Son Test)	15	200	56.7	0.319	0.580	-0.132	1.12	0.957	0.644
SDD (Son Test)	15	14.3	11.0	0.411	0.580	-0.881	1.12	0.924	0.219
ÖÖG (Son Test)	15	2.53	2.29	1.61	0.580	3.84*	1.12	0.843	0.014*
KP (Son Test)	15	198	56.6	0.286	0.580	-0.221	1.12	0.955	0.607
TP (Son Test)	15	183	62.3	0.391	0.580	-0.0628	1.12	0.926	0.239
AP	15	18.2	7.64	0.884	0.580	0.236	1.12	0.914	0.155

Tablo 4.2.1. Araştırma Grubuna Uygulanan Testlere Yönelik Normallik Bulguları – Modern Okçuluk

	N	Ortalama	SS	Skewness	Std. Hata	Kurtosis	Std. Hata	Shapiro-Wilk W	Shapiro-Wilk p
PH (Ön Test)	15	161	64.2	0.853	0.580	-0.328	1.12	0.891	0.069
SDD (Ön Test)	15	32.8	31.5	1.61	0.580	1.46	1.12	0.746	0.001*
ÖÖG (Ön Test)	15	2.67	1.76	0.770	0.580	1.32	1.12	0.906	0.119
KP (Ön Test)	15	159	64.3	0.822	0.580	-0.340	1.12	0.898	0.089
TP (Ön Test)	15	126	78.8	0.0907	0.580	-0.298	1.12	0.954	0.583
PH (Son Test)	15	222	57.2	-0.0158	0.580	-1.59	1.12	0.898	0.090
SDD (Son Test)	15	18.0	15.5	1.89	0.580	3.18*	1.12	0.750	0.001*
ÖÖG (Son Test)	15	4.57	3.51	1.84	0.580	3.84*	1.12	0.800	0.004*
KP (Son Test)	15	218	58.4	0.206	0.580	-1.69	1.12	0.895	0.080
TP (Son Test)	15	200	68.0	0.0262	0.580	-1.71	1.12	0.897	0.085
AP	15	207	38.3	-1.75	0.580	2.40	1.12	0.753	0.001*

Not: PH: psikomotor hız, SDD: seçici dikkat düzeyi, ÖÖG: özel öğrenme güçlüğü, KP: konsantrasyon performansı, TP: test performansı, AP: atış puanlama. *: normal olarak dağılmayan veriler.

Tablo 4.2. araştırma kapsamında uygulanan testlere yönelik normallik bulgularını ortaya koymaktadır. Normallik analizi iki aşamadan oluşmuştur. İlk olarak skewness ve kurtosis, sonrasında shapiro-wilk analizleri uygulanmıştır. George ve Mallery (2010), skewness ve kurtosis değerinin ± 1.0 arasında olmasının çoğu psikometrik amaç için mükemmel olarak kabul edildiğini, ancak ± 2.0 arasında bir değer de özel uygulamaya bağlı olarak birçok durumda kabul edilebilir olduğunu belirtmiştir. Hair ve ark. (2014) ise, Shapiro-Wilk testi sonucunda

elde edilen p değerinin normal dağılımın sağlanıp sağlanmadığının belirlenmesi için kullanıldığını ve p değeri 0.05'ten küçükse normal dağılımın sağlanmayacağını belirtmiştir. Buna göre, geleneksel okçuluk bağlamında uygulanan testlerin normallik dağılımları incelendiğinde ön testlerde seçici dikkat düzeyi ve özel öğrenme güçlüğü, son testlerde ise özel öğrenme güçlüğü boyutlarının normal olarak dağılmadığı görülmüştür. Modern okçulukta uygulanan testlerin normallik dağılımları incelendiğinde ise ön testlerde seçici dikkat düzeyi, son testlerde ise seçici dikkat düzeyi ve özel öğrenme güçlüğü boyutlarının normal olarak dağılmadığı görülmüştür. Ayrıca, modern okçulukta uygulanan atış puanlaması da normal olarak dağılmamıştır.

Tablo 4.3. D2 Dikkat Testinin Cinsiyet Açından Analizi – Geleneksel Okçuluk

Testler	İstatistik	df	p	Etki Değeri	95% G.A.	
					LLCI	ULCI
PH (Ön Test) ^P	-0.8028	13	0.782	-0.4231	-1.461	0.630
SDD (Ön Test) ^w	25.0	13	0.430	0.0741	-	-
ÖÖG (Ön Test) ^w	26.5	13	0.548	0.0185	-	-
KP (Ön Test) ^P	-0.7894	13	0.778	-0.4161	-1.453	0.637
TP (Ön Test) ^P	-0.7602	13	0.770	-0.4006	-1.437	0.651
PH (Son Test) ^P	-0.7242	13	0.759	-0.3817	-1.418	0.669
SDD (Son Test) ^P	1.3008	13	0.108	0.6856	-0.392	1.739
ÖÖG (Son Test) ^w	26.0	13	0.476	0.0370	-	-
KP (Son Test) ^P	-0.7513	13	0.767	-0.3960	-1.433	0.655
TP (Son Test) ^P	-0.9114	13	0.811	-0.4803	-1.521	0.578

Not: H_a μ erkek > μ kadın, p: paired sample t-test, w: wilcoxon signed rank test.

Tablo 4.3.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk

Testler	Grup	N	Ortalama	Medyan	SS	SH
PH (Ön Test)	erkek	6	150.17	148.50	33.47	13.66
	kadın	9	172.33	157.00	61.32	20.440
SDD (Ön Test)	erkek	6	17.17	13.50	14.16	5.78
	kadın	9	16.33	13.00	11.81	3.937
ÖÖG (Ön Test)	erkek	6	3.67	3.00	3.88	1.58
	kadın	9	3.78	3.00	3.31	1.103
KP (Ön Test)	erkek	6	146.50	141.50	35.00	14.29
	kadın	9	168.56	146.00	61.65	20.549
TP (Ön Test)	erkek	6	129.33	116.00	40.79	16.65
	kadın	9	152.22	124.00	65.30	21.766
PH (Son Test)	erkek	6	187.00	190.00	27.51	11.23
	kadın	9	209.00	216.00	70.19	23.396
SDD (Son Test)	erkek	6	18.67	19.00	13.43	5.48

Testler	Grup	N	Ortalama	Medyan	SS	SH
ÖÖG (Son Test)	kadın	9	11.33	11.00	8.56	2.853
	erkek	6	3.00	2.00	3.10	1.26
KP (Son Test)	kadın	9	2.22	2.00	1.72	0.572
	erkek	6	184.00	188.00	30.00	12.25
TP (Son Test)	kadın	9	206.78	216.00	69.39	23.130
	erkek	6	165.33	173.50	33.54	13.69
	kadın	9	195.44	197.00	75.38	25.128

Not: PH: psikomotor hız, SDD: seçici dikkat düzeyi, ÖÖG: özel öğrenme güçlüğü, KP: konsantrasyon performansı, TP: test performansı.

Tablo 4.3. ve tablo 4.3.1. geleneksel okçulukta cinsiyet açısından uygulanan t-teste yönelik bulguları ortaya koymaktadır. Normallik bulgularına göre (tablo 4.2.) normal dağılan testlere parametrik bir analiz olan independent samples t test, normal dağılmayan verilere ise parametrik olmayan bir analiz olan wilcoxon signed rank test uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre, geleneksel okçuluk testlerinde cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır.

Tablo 4.4. D2 Dikkat Testinin Cinsiyet Açısından Analizi – Modern Okçuluk

Testler	İstatistik	df	p	Etki Değeri	95% G.A.	
					LLCI	ULCI
PH (Ön Test) ^p	0.4966	13	0.314	0.2900	-0.865	1.434
SDD (Ön Test) ^w	17.0	13	0.764	0.227	-	-
ÖÖG (Ön Test) ^p	0.7627	13	0.230	0.4453	-0.720	1.594
KP (Ön Test) ^p	0.4750	13	0.321	0.2773	-0.877	1.421
TP (Ön Test) ^p	0.3299	13	0.373	0.1926	-0.958	1.336
PH (Son Test) ^p	-0.0866	13	0.534	-0.0506	-1.194	1.095
SDD (Son Test) ^w	16.5	13	0.256	0.250	-	-
ÖÖG (Son Test) ^w	21.5	13	0.553	0.0227	-	-
KP (Son Test) ^p	-0.0552	13	0.522	-0.0323	-1.176	1.113
TP (Son Test) ^p	-0.2299	13	0.589	-0.1342	-1.277	1.014

Not: H_a μ erkek > μ kadın, p: paired sample t-test, w: wilcoxon signed rank test.

Tablo 4.4.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Modern Okçuluk

Testler	Grup	N	Ortalama	Medyan	SS	SH
PH (Ön Test)	erkek	4	175.50	155.50	80.78	40.391
	kadın	11	156.36	135.00	60.86	18.351
SDD (Ön Test)	erkek	4	34.75	15.00	47.30	23.648
	kadın	11	32.09	20.00	26.71	8.055
ÖÖG (Ön Test)	erkek	4	3.25	4.00	1.50	0.750
	kadın	11	2.45	3.00	1.86	0.562

Testler	Grup	N	Ortalama	Medyan	SS	SH
KP (Ön Test)	erkek	4	172.25	153.00	80.09	40.047
	kadın	11	153.91	132.00	61.33	18.493
TP (Ön Test)	erkek	4	137.50	146.00	111.02	55.511
	kadın	11	121.82	116.00	70.15	21.152
PH (Son Test)	erkek	4	220.00	204.00	56.80	28.402
	kadın	11	223.00	240.00	60.09	18.117
SDD (Son Test)	erkek	4	23.50	17.00	24.28	12.142
	kadın	11	16.00	12.00	11.87	3.578
ÖÖG (Son Test)	erkek	4	3.50	3.50	1.29	0.645
	kadın	11	4.55	4.00	4.06	1.224
KP (Son Test)	erkek	4	216.50	199.50	57.68	28.840
	kadın	11	218.45	237.00	61.44	18.523
TP (Son Test)	erkek	4	193.00	179.50	76.99	38.495
	kadın	11	202.45	218.00	68.35	20.607

Not: PH: psikomotor hız, SDD: seçici dikkat düzeyi, ÖÖG: özel öğrenme güçlüğü, KP: konsantrasyon performansı, TP: test performansı.

Tablo 4.4. ve tablo 4.4.1. modern okçulukta cinsiyet açısından uygulanan t-teste yönelik bulguları ortaya koymaktadır. Normallik bulgularına göre (tablo 4.2.1) normal dağılan testlere parametrik bir analiz olan independent samples t test, normal dağılmayan verilere ise parametrik olmayan bir analiz olan wilcoxon signed rank test uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre, modern okçuluk testlerinde cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır.

Tablo 4.5. Atış Puanlarının Cinsiyet Açısından Analizi – Geleneksel Okçuluk

Test	İstatistik	df	p	Etki Değeri	95% G.A.	
					LLCI	ULCI
AP ^p	-2.79	13	0.992	-1.47	-2.63	-0.275

Not: H_a μ erkek > μ kadın, p: paired sample t-test.

Tablo 4.5.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk

Test	Grup	N	Ortalama	Medyan	SS	SH
AP	erkek	6	12.7	12.0	4.18	1.71
	kadın	9	21.9	18.0	7.27	2.42

Tablo 4.6. Atış Puanlarının Cinsiyet Açısından Analizi – Modern Okçuluk

Test	İstatistik	df	p	Etki Değeri	95% G.A.	
					LLCI	ULCI
AP ^w	20.0	13	0.426	0.0909	-	-

Not: $H_a \mu_{\text{erkek}} > \mu_{\text{kadın}}$, w: wilcoxon signed rank test.

Tablo 4.6.1. Cinsiyete İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Modern Okçuluk

Test	Grup	N	Ortalama	Medyan	SS	SH
AP	erkek	4	218	229	23.4	11.7
	kadın	11	202	216	42.6	12.8

Not: AP: atış puanlaması.

Tablo 4.5., tablo 4.5.1., tablo 4.6. ve tablo 4.6.1. geleneksel ve modern okçuluktaki atış puanlarının cinsiyet açısından değerlendirilmesine yönelik uygulanan t-testi bulgularını ortaya koymaktadır. Normallik bulgularına göre (tablo 4.2. ve tablo 4.2.1) normal dağılan testlere parametrik bir analiz olan independent samples t test, normal dağılmayan verilere ise parametrik olmayan bir analiz olan wilcoxon signed rank test uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre hem geleneksel okçuluk hem de modern okçuluk atış puanlamalarında cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır.

Tablo 4.7. Ön Test ve Son Test Bulgularına İlişkin T-Testi – Geleneksel Okçuluk

Ön Test	Son Test	İstatistik	df	p	Etki Değeri	%95 G.A.	
						LLCI	ULCI
PH (Ön Test)	PH (Son Test)	-4.218	14	< .001	-1.089	-1.722	-0.432
SDD (Ön Test)	SDD (Son Test)	0.741	14	0.471	0.191	-0.323	0.699
ÖÖG (Ön Test)	ÖÖG (Son Test)	1.247	14	0.233	0.322	-0.203	0.836
KP (Ön Test)	KP (Son Test)	-4.494	14	< .001	-1.160	-1.809	-0.487
TP (Ön Test)	TP (Son Test)	-3.949	14	< .001	-1.020	-1.637	-0.379

Not: $H_a \mu_{\text{ölçüm 1}} - \mu_{\text{ölçüm 2}} \neq 0$

Tablo 4.7.1. Ön Test ve Son Test Bulgularına İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk

Testler	N	Ortalama	Medyan	SS	SH
PH (Ön Test)	15	163.47	151	51.72	13.354
PH (Son Test)	15	200.20	191	56.65	14.628
SDD (Ön Test)	15	16.67	13	12.31	3.178
SDD (Son Test)	15	14.27	14	10.96	2.829
ÖÖG (Ön Test)	15	3.73	3	3.41	0.881
ÖÖG (Son Test)	15	2.53	2	2.29	0.593

Testler	N	Ortalama	Medyan	SS	SH
KP (Ön Test)	15	159.73	146	52.29	13.501
KP (Son Test)	15	197.67	189	56.62	14.620
TP (Ön Test)	15	143.07	121	56.26	14.527
TP (Son Test)	15	183.40	182	62.31	16.088

Not: PH: psikomotor hız, SDD: seçici dikkat düzeyi, ÖÖG: özel öğrenme güçlüğü, KP: konsantrasyon performansı, TP: test performansı.

Tablo 4.7. ve tablo 4.7.1. geleneksel okçulukta alınan ön test ve son testlerin karşılaştırılmasına yönelik uygulanan t-testi bulgularını ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular psikomotor hız, konsantrasyon performansı ve genel test performansı açısından anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur. Ön testlerde ortalama 163 puan olan psikomotor hız son testlerde ortalama 200 puana ve ön testlerde ortalama 159 puan olan konsantrasyon performansı son testlerde 197 puana ulaşmıştır. Ayrıca, ön testlerde ortalama 143 puan olan genel test performansı, son testlerde ortalama 183 puana ulaşmıştır. Bu doğrultuda, uygulanan programın geleneksel okçularda genel dikkati artırdığı söylenebilir.

Tablo 4.8. Ön Test-Son Test Bulgularına İlişkin T-Testi – Modern Okçuluk

Ön Test	Son Test	İstatistik	df	p	Etki Değeri	%95 G.A.	
						LLCI	ULCI
PH (Ön Test) ^p	PH (Son Test) ^p	-8.42	14	<.001	-2.174	-3.107	-1.219
SDD (Ön Test) ^w	SDD (Son Test) ^w	103.0	14	0.017	0.708	-	-
ÖÖG (Ön Test) ^p	ÖÖG (Son Test) ^p	-1.51	14	0.153	-0.390	-0.910	0.142
KP (Ön Test) ^p	KP (Son Test) ^p	-8.38	14	<.001	-2.163	-3.092	-1.212
TP (Ön Test) ^p	TP (Son Test) ^p	-8.62	14	<.001	-2.225	-3.173	-1.254

Not: H_a μ Ölçüm 1 - Ölçüm 2 \neq 0, p: paired sample t-test, w: wilcoxon signed rank test.

Tablo 4.8.1. Ön Test-Son Test Bulgularına İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Modern Okçuluk

Testler	N	Ortalama	Medyan	SS	SH
PH (Ön Test)	15	161.47	135	64.19	16.575
PH (Son Test)	15	222.20	226	57.20	14.770
SDD (Ön Test)	15	32.80	20	31.47	8.126
SDD (Son Test)	15	18.00	13	15.45	3.989
ÖÖG (Ön Test)	15	2.67	3	1.76	0.454
ÖÖG (Son Test)	15	4.27	4	3.51	0.907
KP (Ön Test)	15	158.80	132	64.28	16.598
KP (Son Test)	15	217.93	222	58.39	15.077
TP (Ön Test)	15	126.00	116	78.79	20.344
TP (Son Test)	15	199.93	209	68.01	17.560

PH: psikomotor hız, SDD: seçici dikkat düzeyi, ÖÖG: özel öğrenme güçlüğü, KP: konsantrasyon performansı, TP: test performansı.

Tablo 4.8. ve tablo 4.8.1. modern okçulukta alınan ön test ve son testlerin karşılaştırılmasına yönelik uygulanan t-testi bulgularını ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular, psikomotor hız, seçici dikkat düzeyi, konsantrasyon performansı ve genel test performansı açısından anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur. Ön testlerde ortalama 161 puan olan psikomotor hız son testlerde ortalama 222 puana ve ön testlerde ortalama 158 puan olan konsantrasyon performansı son testlerde 217 puana ulaşmıştır. Ön testlerde ortalama 32 puan olan seçici dikkat düzeyini simgeleyen hata oranı ise son testlerde ortalama 18 puana kadar gerilemiştir. Bununla birlikte, ön testlerde ortalama 126 puan olan genel test performansı, son testlerde ortalama 199 puana ulaşmıştır. Bu doğrultuda, uygulanan programın modern okçularda genel dikkati artırdığı söylenebilir.

Tablo 4.9. Ön Test-Son Testlerin Karşılaştırılmasına İlişkin T-Testi – Geleneksel Okçuluk ve Modern Okçuluk

		95% G.A.					
Geleneksel O.	Modern O.	İstatistik	df	p	Etki Değeri	LLCI	ULCI
PH (Ön Test) ^P	PH (Ön Test) ^P	0.1006	14	0.921	0.0260	-0.481	0.5317
SDD (Ön Test) ^w	SDD (Ön Test) ^w	-1.9213	14	0.075	-0.4961	-1.026	0.0495
ÖÖG (Ön Test) ^P	ÖÖG (Ön Test) ^P	0.9391	14	0.364	0.2425	-0.276	0.7521
KP (Ön Test) ^P	KP (Ön Test) ^P	0.0462	14	0.964	0.0119	-0.494	0.5178
TP (Ön Test) ^P	TP (Ön Test) ^P	0.7481	14	0.467	0.1932	-0.321	0.7008
PH (Son Test) ^P	PH (Son Test) ^P	-0.9918	14	0.338	-0.2561	-0.766	0.2630
SDD (Son Test) ^P	SDD (Son Test) ^P	-0.7401	14	0.471	-0.1911	-0.699	0.3231
ÖÖG (Son Test) ^w	ÖÖG (Son Test) ^w	-1.5491	14	0.144	-0.4000	-0.920	0.1335
KP (Son Test) ^P	KP (Son Test) ^P	-0.9129	14	0.377	-0.2357	-0.745	0.2817
TP (Son Test) ^P	TP (Son Test) ^P	-0.6515	14	0.525	-0.1682	-0.675	0.3445

Not: H_a μ Ölçüm 1 - Ölçüm 2 \neq 0, p: paired sample t-test, w: wilcoxon signed rank test.

Tablo 4.9.1. Ön Test - Son Testlere İlişkin Tanımlayıcı Bulgular – Geleneksel Okçuluk ve Modern Okçuluk

Testler	N	Ortalama	Medyan	SS	SH
GO-PH (Ön Test)	15	163.47	151	51.72	13.354
MO-PH (Ön Test)	15	161.47	135	64.19	16.575
GO-SDD (Ön Test)	15	16.67	13	12.31	3.178
MO-SDD (Ön Test)	15	32.80	20	31.47	8.126
GO-ÖÖG (Ön Test)	15	3.73	3	3.41	0.881
MO-ÖÖG (Ön Test)	15	2.67	3	1.76	0.454
GO-KP (Ön Test)	15	159.73	146	52.29	13.501
MO-KP (Ön Test)	15	158.80	132	64.28	16.598
GO-TP (Ön Test)	15	143.07	121	56.26	14.527
MO-TP (Ön Test)	15	126.00	116	78.79	20.344
GO-PH (Son Test)	15	200.20	191	56.65	14.628
MO-PH (Son Test)	15	222.20	226	57.20	14.770

Testler	N	Ortalama	Medyan	SS	SH
GO-SDD (Son Test)	15	14.27	14	10.96	2.829
MO-SDD (Son Test)	15	18.00	13	15.45	3.989
GO-ÖÖG (Son Test)	15	2.53	2	2.29	0.593
MO-ÖÖG (Son Test)	15	4.27	4	3.51	0.907
GO-KP (Son Test)	15	197.67	189	56.62	14.620
MO-KP (Son Test)	15	217.93	222	58.39	15.077
GO-TP (Son Test)	15	183.40	182	62.31	16.088
MO-TP (Son Test)	15	199.93	209	68.01	17.560

PH: psikomotor hız, SDD: seçici dikkat düzeyi, ÖÖG: özel öğrenme güçlüğü, KP: konsantrasyon performansı, TP: test performansı, GO: geleneksel okçuluk, MO: modern okçuluk.

Tablo 4.9 ve tablo 4.9.1. geleneksel okçulukta ve modern okçulukta alınan ön test ve son testlerin çarpaz olarak karşılaştırılmasına yönelik uygulanan t-testi bulgularını ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgulara göre, testlerin çarpaz karşılaştırılmasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır.

BÖLÜM 5

5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma

Klasik ve geleneksel Türk okçuluğu temel eğitiminin 9-15 yaş arasındaki bireylerin dikkat seviyelerine etkisinin incelendiği bu çalışmada, elde edilen bulgular ışığında konu ile ilgili yapılan çalışmalar bu bölümle ele alınıp değerlendirilmiştir.

Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre yapılan D2 dikkat testi analiz sonucunda hem geleneksel hem de modern okçuluk grubunda cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Reigal ve ark. (2022), Türker (2022), Varol ve Türkmen (2021), Altuncit (2019), Yönel (2019), Orhan (2018), Çoban (2017), Kartal ve ark. (2016), Dal (2015), Çağlar ve Koruç (2006) ve Kaymak (2003) çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur. Çok sayıda araştırma, cinsiyet değişkenine göre farklılıktan söz etmemektedir. Bu çalışmada da cinsiyet değişkenine bağlı olarak elde edilen sonuçlar ile literatürdeki birçok çalışma paralellik göstermektedir. Helmke ve Renkl (1993) ile Borchert (1998), dikkat açısından kadınların erkeklerden daha başarılı olduklarını öne sürmüştür (Akt. Kaymak, 2003). Öte yandan Adsız (2010), kız ve erkek çocuklar arasındaki dikkat seviyeleri açısından farklılığın olup olmadığını incelediği çalışmasında erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre %50 daha dikkatli olduğu sonucuna ulaşmıştır. Korobeynikova ve ark. (2017), kadınların dikkat tekniklerini erkeklere göre daha yavaş uyguladıklarını tespit etmiştir. Jin ve ark. (2022) yapmış oldukları çalışmada, top ile oynanan takım sporlarında uzun süreli antrenmanın etkilerinin gelişmiş görsel dikkate aktarıldığını ve izleme doğruluğu ile değerlendirildiği üzere görsel dikkatteki cinsiyet farklılıklarını en aza indirdiğini belirtmiştir. Türker (2022), çalışmasında temel okçuluk eğitiminin hem erkek hem de kadın öğrencilerin dikkat ve konsantrasyon yetisini yakın düzeyde geliştirdiğini ortaya koymuştur. Bu sonucun ortaya çıkmasında öğrencilerin daha önce okçuluk sporu yapmamaları, 8 haftalık süreçte temel okçuluk eğitimlerini tamamlayarak yakın düzeyde performans göstermeleri ile ilişkili olabileceğini vurgulamıştır. Diğer taraftan okçuluk sporunda ekipmanların kalitesi ve sporcunun ekipmanı kullanabilme kapasitesi performansı etkileyen önemli faktörlerdir. Bu faktörler ön planda tutulduğunda 8 haftalık uygulanan temel okçuluk eğitimi sürecinde kullanılan ekipmanların birbirine yakın düzeyde olması ve uygulanan antrenman programının bireysel olmayıp grup çalışmasına yönelik olması cinsiyet açısından farklılık oluşturmamış olabilir.

Geleneksel ve modern okçuluk grubu atış puanlamalarının cinsiyet açısından değerlendirilmesine yönelik uygulanan D2 dikkat testi sonuçlarına göre hem geleneksel okçuluk hem de modern okçuluk grubu atış puanlamalarında cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Diğer taraftan Tekin (2018), okçuların performansları ile cinsiyet değişkenine göre farklılık olduğunu tespit etmiştir. Performansın cinsiyet değişkenine göre erkek okçular lehine farklı olması erkek sporcuların tüm spor branşlarında olduğu gibi okçulukta da en başından beri daha fazla olanakla karşılaşmış olmasından kaynaklanan bir sonuç olarak değerlendirmiştir. Ayrıca Ulukan ve Özdemir (2021), performansın cinsiyet değişkenine göre erkeklerin lehine anlamlı düzeyde farklı olduğunu tespit etmiştir. Öte yandan Aydın (2021), yapmış olduğu çalışmasında kadın sporcuların atış puanlarının erkek sporculara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Çalışmamızda elde edilen veriler ile literatürde konu ile ilgili yapılan çalışmalar arasında farklı sonuçlar olduğu anlaşılmaktadır. Yapılan bu çalışmada grup içinde elde edilen skorlar değerlendirildiğinde geleneksel okçulukta kadınların, modern okçulukta ise erkeklerin daha yüksek atış puan ortalamasına sahip oldukları görülmektedir. Bu durumda katılımcıların atış puanları ile son test performansları arasında yakından ilişkili olduğu söylenebilir. Nitekim geleneksel okçuluk eğitiminde yer alan katılımcılarından kadınların hem son test performans puanı, psikomotor hız ile konsantrasyon performansı hem de atış puan ortalaması erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer taraftan modern okçuluk grubunda kadın sporcuların son test performansı erkeklere göre yüksek olduğu tespit edilirken, atış puan ortalamasında ise erkeklerin kadınlara göre daha yüksek skor elde ettiği görülmektedir. Bu durumda modern okçuluk grubu için atış performansı, dikkat ve cinsiyet açısından değerlendirildiğinde kadın ve erkek katılımcı sayıları (4 erkek -11 kadın) arasındaki fark, çalışma genelinde ise yaş (9-15) aralığının geniş olmasından kaynaklı bir etkinin olduğu söylenebilir.

Geleneksel ve modern okçuluk gruplarına uygulanan d2 dikkat testinin ön test ve son testlerin karşılaştırılmasına yönelik uygulanan t-testi sonuçlarına göre psikomotor hız, seçici dikkat düzeyi, konsantrasyon performansı ve genel test performansı açısından anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda, uygulanan okçuluk antrenman programının geleneksel ve modern okçuluk eğitimi alan bireylerin genel dikkatini arttırdığı görülmüştür. Gözel (2023), Türker (2022), Aydın (2021), Lu ve ark. (2021), Ulukan ve Özdemir (2021), Damirchi ve Asgharian Asl (2020), Üstün ve Taşgın (2020), Kim ve ark. (2019), Tekin (2018), Dal (2015) ile Behan ve Wilson (2008) yaptıkları çalışmalarında okçuluğun dikkat üzerine olumlu yönde etkisi olduğunu belirtmişlerdir. Diğer taraftan Jin ve ark. (2022), Koçak (2022),

Rahimi ve ark. (2022), Uluç (2022), Varol ve Türkmen (2021), Şahin (2019), Pişkin ve Alpay (2019), Yönel (2019), Bruin ve ark. (2016), Schmidt, Egger ve Conzelmann (2015), Tunç (2013), Tinea ve Butlerb (2012) ve Asan (2011) yapmış oldukları çalışmalarında spor dallarına özgü yapılan antrenman ve eğitimlerin katılımcıların dikkat gelişimine destek sağladığı sonucuna ulaşmışlardır. Düzenli ve planlı olarak yapılan sporun çocuklarda dikkat gelişimi üzerine etkisini inceleyen araştırmalardan elde edilen sonuçlar incelendiğinde bizim elde ettiğimiz bu sonucu destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda yoğunlaşma, odaklanma ve dikkatin etkin olduğu okçuluk sporu, planlı eğitim ve antrenman programına göre devamlılık esasına dayalı yapıldığında genel dikkatin gelişimine destek olurken dikkat türlerinden seçici dikkati de arttırdığı söylenebilir. Geleneksel okçulukta öncelikle hedef sınırları içerisinde konum fark etmeksizin herhangi bir noktayı vurmak, sonrasında ise hedef merkezine yakın atışın yapılması istenirken, modern okçulukta ise okçunun hedefin tam merkezini vurması asıl amaçtır. Bu bakımdan hem geleneksel hem de modern okçulukta bir ok atışın ortalama 7-10 saniye içerisinde tamamlandığı düşünülürken okçunun birkaç saniye kesiştirme metoduyla hedef üzerinde nişan alması gerekmektedir. Bu nişan alma olayı, okçunun dış etkenleri göz ardı etmesine ve asıl odak noktası olan hedefe yoğunlaşmasını sağlamaktadır. Bu bağlamda el ve göz koordinasyonu içeren okçulukta belirli süre ve sayıda nişan alınarak yapılan atışlarının okçuların dikkatini arttırdığı söylenebilir. Diğer taraftan okçuluğun sabit bir konumda yapılması, atış sırasında vücut hareketlerinin ayak ve karın bölgelerinden ziyade kol, omuz ve sırt bölgesinde olması, nefes alışverişi ve kalp atım hızı ile nabız sayısının çok üst seviyelere çıkmaması okçuların dikkatini toplamasına yardımcı olduğu düşünülmektedir. Okçuluk sporunda, okçunun başarılı atış yapması sonucunda istenilen puanı elde etmesi moral ve motivasyonunun artmasını sağlarken bu durumun dikkat üzerine olumlu katkıda bulunduğu söylenebilir. Diğer taraftan ok atışlarında düşük puan elde edilmesi durumunda, okçunun analitik düşünmeye başlamasıyla birlikte problemi tespit ederek çözüm üretmesi gerekmektedir. Kullanılan ekipmanın ayarında meydana gelen bir sorun veya problemin (örnek; nişangâhın açık kalması) okçu veya eğitmen tarafından tespit edilip düzeltilmesi ve neticesinde yüksek puan elde etme hissi yine dikkat üzerinde olumlu bir etkiye yol açabilir. Her iki okçuluk türünde de nişan alma (kesiştirme) evresi özellikle atış öncesi kritik evre olarak bilinmektedir. Bu aşamada okçunun dış etkenlerden soyutlanıp bilişsel ve fiziksel olarak sadece hedefine odaklanmasıyla birlikte durağan haldeyken kendini hazır hissederek atışını gerçekleştirmesi ve birkaç saniye içerisinde de sonucun ortaya çıkması özellikle seçici dikkatine etki edebilir. Nitekim ardı ardına yapılan başarılı ok atışlarının kısa sürede elde edilmesi okçuların dikkatini topladığının bir göstergesi olup dikkatte sürekliliğin sağlandığı söylenebilir. Okçu, atış döngüsü

içerisinde yayını hedefe yöneltirken derin bir nefes alır ve yay çekiş aşamasına geçince yavaş yavaş nefes vermeye başlar. Geleneksel okçulukta kirişin kulağa kadar, klasik yay ile yapılan okçulukta çene altı referans noktasına çekiş yapılır. Kritik evre olan nişan alma aşamasında hareketsiz olarak bekleme süresi boyunca kalan nefes tutulur. Kiriş tutan parmakların gevşetilmesiyle birlikte kalan nefes verilerek atış tamamlanır. Bu bilinçli ve kontrollü nefes alışverişi okçuların dikkati üzerinde olumlu etki sağlamış olabilir. Başka bir noktadan konu ele alındığında, 8 haftalık geleneksel ve modern okçuluk temel eğitimi kapsamında uygulanan komut, alıştırma, kendini kontrol ve tümevarım (parçadan bütüne ulaşma) öğretim metotlarının her iki gruptaki okçuların dikkat gelişmesine katkı sağladığı düşünülebilir.

Geleneksel ve modern okçulukta alınan ön test ve son testlerin çapraz olarak karşılaştırılmasına yönelik uygulanan t-testi sonuçlarına göre testlerin çapraz karşılaştırılmasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Korobeynikova ve ark. (2017), farklı yay türlerinden atış yapan sporcular arasında dikkat özelliklerinde önemli bir farklılık olmadığını ve bu sonucun okçuların spor uygulamalarında dikkatle ilgili görevlerin tekdüzeliğini gösterdiğini vurgulamıştır. Üstün ve Taşgın (2020) yapmış oldukları çalışmada hem geleneksel hem de modern okçuluk eğitiminin her iki gruptaki katılımcıların genel dikkatini arttırdığını belirtirken gruplar arasında çapraz bir karşılaştırmadan bahsetmemiştir. Gruplar arası ön test incelendiğinde, test performansı geleneksel okçuların lehine, psikomotor hız ve konsantrasyon performansının ise yakın düzeyde olduğu görülmektedir. Gruplar arası son test skorları değerlendirildiğinde, psikomotor hız, konsantrasyon performansı, seçici dikkat düzeyi ve test performansında modern okçuluk grubu ön plana çıkmıştır. Her iki grubun da son test skorları genel dikkatte artışın yaşandığını gösterirken gruplar arası karşılaştırmada modern okçuluk grubunun skorları geleneksel okçuluk grubuna göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Nitekim modern okçulukta kullanılan klasik yaylarda nişangâh sisteminin olması ve arpacık ile hedef merkezinin gözetilmesiyle yapılan atışlarda istenilen bölge vurulabilmektedir. Geleneksel okçulukta nişan alma durumu modern okçuluğa göre farklıdır. Hedefi vurmak için bireyin baskın gözüne göre yayın içinden veya dışından tek göz kapatılarak nişan almanın yanı sıra hissiyatlı (iki göz açık, içgüdüsel) olarak da atış yapılmaktadır. Bu durumda başlangıç seviyesindeki atıcıların geleneksel yaylar ile nişan aldığı yeri veya hedefin merkezini sürekli vurabilmesi klasik yaylara göre daha zordur. Temel okçuluk eğitiminde modern okçuluk grubunun nişan alma konusunda geleneksel okçuluk grubuna göre daha avantajlı olduğu ve genel dikkate de bu durumun etkisi olduğu söylenebilir. Bir başka yönden konu ele alındığında, geleneksel okçulukta ok sağ taraftan gezlendiği için (solaklar hariç) okun

ucu hedefin sağ tarafını göstermektedir. Bu durumda okçuluğa yeni başlayan bireylerin hedefe veya hedefin merkezine yakın atış yapması biraz daha zaman alabilmektedir. Ayrıca geleneksel okçulukta atış tekniğinin (hatra-ferke) ok uçuşuna tesiri büyük önem arz etmektedir. Bu tekniğin tam kavranabilmesi uzun bir süreç ve binlerle ifade edilen ok atış sayısı yapılması gerekmektedir. Okçuluk eğitiminin 8 hafta ve hafta da 2 gün 1,5 saatlik eğitim süresi ile sınırlı olması bu duruma başlıca etkindir. Nitekim atış mesafesi uzadıkça geleneksel okçulukta hedefi veya hedef merkezini vurmak başlangıç seviyesindeki okçular için zorlaşmaktadır. Modern okçuluk grubunda kullanılan klasik yaylarda ise durum biraz daha farklıdır. Yay gövdesinin sol pencere bölümü içerde olduğundan ve okun sol taraftan takılmasıyla birlikte yay üzerinde okun ortada konumlanması söz konusudur. Bu durumda ok esasen yayın ortasından geçmektedir. Bu modern yay yapım tekniği, başlangıç seviyesindeki bir okçunun hedefi daha rahat vurmasına yardımcı olmaktadır. Ek olarak klasik yaylarda bulunan nişangah sistemi atış mesafesine göre ayarlanabildiği için atıcının tekniğine göre hedef kolaylıkla vurulabilmektedir. Bu bağlamda geleneksel okçuların hedefi iskalaması modern okçulara göre daha fazladır. Geleneksel okçuların isabet sayısında düşüş yaşanması modern okçulara göre dikkatlerini toplama noktasında olumsuz etki ettiği düşünülebilir. Bir başka noktadan konu ele alındığında, modern okçuluk grubunda kullanılan hedef kağıtları puanların yazılı olduğu renkli iç içe geçen halkalardan oluşmaktadır. Geleneksel okçulukta kullanılan hedef (puta) ise alt ve üst merkez iki büyük daire olmak üzere diğer bölgelerde küçük daireler yer almaktadır. Ok atışı yapılan hedefler arasında modern okçulukta kullanılan renkli hedeflerin, geleneksel okçuluktaki kullanılan putaya göre katılımcılar açısından daha dikkat çekici olabilir. Bu durumun görsel ve seçici dikkat üzerine modern okçuların lehine olduğu söylenebilir.

5.2. Sonuç

Çalışma, 9-15 yaş arasındaki çocukların dikkat düzeyleri üzerine okçuluğun etkisini orta koymak amacıyla yapılmıştır. Klasik ve geleneksel Türk okçuluk temel eğitim programını içeren 8 haftalık saha çalışması ve D2 dikkat testinin ön ve son test uygulamaları ile araştırmada belirli sonuçlar ortaya çıkmıştır.

1. Geleneksel okçuluk grubunun test performans sonuçlarına göre cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Her ne kadar cinsiyetler arasında anlamlı bir fark ortaya çıkmasa da ön test-son testte elde edilen puanlamalara göre; ön testte erkek okçular ortalama 129.33 puandan 165.33 puana yükselerek %27,84 oranında bir artış yaşanmıştır. Kadın okçularda ise ortalama 152.22 puandan 195.44 puana yükselerek %28,39 oranında bir artış olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda hem erkeklerin hem de kadınların test

performanslarında artış görülmüştür. Kadınların test puanının erkeklere göre daha yüksek olması, kadınların dikkat düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucunu yansıtmıştır.

2. Modern okçuluk grubunun test performans sonuçlarına göre cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Cinsiyetler arasında anlamlı bir sonuç ortaya çıkmasa da ön test-son testte elde edilen puanlamalara göre; erkek okçuların test performansı ortalama 137.50 puandan 193.00 puana yükselerek, %40,36 oranında bir artış olduğu bulunmuştur. Kadın okçular ise 121.82 puandan 202.45 puana yükselerek %66,19 oranında test performansında artış olduğu bulunmuştur. Bu durumda elde edilen verilere göre hem erkek hem de kadınların dikkat düzeylerinde artışı görülürken, kadınların dikkat düzeyindeki artışın erkeklere göre daha fazla olduğu sonucunu yansıtmıştır.
3. Temel okçuluk eğitiminin gruplar ve cinsiyetler açısından dikkat parametresine olumlu etkisi en fazla modern okçuluk grubundaki kadınlar üzerinde %66,19 oranında görülürken, en az ise geleneksel okçuluk grubundaki erkekler üzerinde %27,84 oranında olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
4. Geleneksel okçuluk grubunun atış puanlamalarında cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Atış puanlarında her ne kadar anlamlı bir farklılık tespit edilmemiş olsa da geleneksel okçulukta atış puanlama sonuçlarına göre; kadınların ok atış puan ortalaması 21.9 iken erkeklerin ise 12.7 puan olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda kadınların hedefe ok isabet oranı ve puan ortalamalarının erkeklere göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
5. Geleneksel okçuluk grubunda yer alan kadın okçuların hem test puanının hem de atış puanının erkeklere göre daha yüksek olması, kadınların dikkat seviyelerinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu göstermektedir.
6. Modern okçuluk grubunun atış puanlamalarında cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Atış puanlarında her ne kadar anlamlı bir farklılık tespit edilmemiş olsa da modern okçulukta atış puanlama sonuçlarına göre; kadınların ok atış puan ortalaması 202 iken erkeklerin ise 218 puan olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda erkeklerin atış skorlarının kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
7. Geleneksel okçuluk grubundaki katılımcıların genel ön test performansı 143.07 puan iken, son test sonucunda 183.40 puana yükselerek %28,19 oranında bir artış yaşanmıştır. Modern okçuluk grubunda ise genel ön test performansı 126.00 puan iken, son test sonucunda 199.93 puana yükselerek %58.67 oranında bir artış gerçekleşmiştir. Elde edilen bu verilere göre her iki grubun da dikkat düzeyinde artış yaşanırken, modern okçuluk eğitiminin

geleneksel okçuluk eğitimine göre yaklaşık iki kat daha fazla katılımcıların dikkat gelişimine destek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

8. Sekiz haftalık süreçte 9-15 yaş arasındaki bireylere uygulanan okçuluk eğitimi kapsamında hem modern (klasik yay) hem de geleneksel Türk okçuluk eğitiminin, genel anlamda bireylerin dikkat gelişimine katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

5.3. Öneriler

- Çalışma kapsamı genişletilerek modern okçuluk içerisinde yer alan makaralı yay ile okçuluk eğitiminin de dahil edilmesi önerilmektedir.
- Çalışmada yer alan katılımcı ve grup sayılarının artırılması önerilmektedir.
- Modern ve geleneksel okçuluk eğitiminin dikkat üzerine etkisinin daha detaylı incelenmesi için akran yaş grupları veya farklı yaş gruplarındaki bireyler üzerinde yapılması önerilmektedir.
- Okçuluk eğitiminin başlangıç seviyesindeki bireyler dışında farklı seviyelerdeki sporcularında çalışmaya dahil edilmesi önerilmektedir.
- Okçuluk eğitiminin dikkat üzerine etkisi kapsamında çocuk, ergen, üniversiteli öğrenciler ve okçuluk sporu ile uğraşan sporcular üzerinde çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Öğrenciler ve sporcular dışında yaşlı bireyler üzerinde de okçuluk eğitimi uygulaması ile zihinsel-fiziksel gelişimini kapsayan çalışmalar yapılabilir.
- Okçuluk ve dikkat konusu üzerinde örneklem grubu olarak belirli derecede bedensel ve zihinsel engeli olan bireylerin yer aldığı çalışmalar yapılması önerilmektedir.
- Okçuluğun dikkat üzerine etkisi için saha uygulamasına ek olarak zihinsel eğitim programlarının da dahil edildiği çalışmalar yapılması önerilmektedir.
- Okçuluğun dikkat üzerine etkisini tespit etmek için alternatif veri toplama araçları geliştirilmesi ve kullanılması önerilmektedir.
- Çalışma konusu üzerine okçuluk eğitiminin elit sporcular üzerinde farklı saha ve koşullarda yapılması önerilmektedir. Açık saha ok atış puanlaması ile performans ölçülerek sporcuların çevresel faktörlerden etkilenmesi göz önüne alınarak sporcuların dikkat-odaklanma ve konsantrasyon düzeyleri üzerinde çalışma yapılabilir.

KAYNAKLAR

- Acar, Ş. (2013). *Osmanlı'da sportif atıcılık nişan taşları*. (1. Baskı, s. 3-145). İstanbul: Yem Yayınları.
- Acar, Ş., & Özveri, M. (2017). Bir İstanbul okçuluk menzihnâmesi. *Osmanlı Bilimi Araştırmaları Dergisi*, 18(2), 24-58.
- Adsız, E. (2010). *İlköğretim çağındaki öğrencilerde düzenli yapılan sporun dikkat üzerine etkisinin araştırılması* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Aksoy, Y. M., & Ateş Z. M. (2011). Traditional archery: A new concept that connects us to our past and other cultures. *WTAF International Academic Seminar*, 191-204.
- Aktepe, K. (2012). *Okçuluk*. (1. Baskı, s. 9- 75). İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Altuncit, U. (2019). *Sportif rekreasyon faaliyeti olarak badminton sporunu yapan 11-16 yaş çocuklarda, dikkat ve karar verme özelliğinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Altun, M. (2017). *Fiziksel etkinlik kartları ile zekâ oyunlarının ilkökul öğrencilerinin dikkat ve görsel algı düzeylerine etkisi* (Doktora tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Anık, Ş. S. (2018). *17. yüzyıla ait bir okçuluk risalesi: Tezkîre-i rumât* (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Anık, Ş. S. (2023). *Okmeydanı atıcılar tekkesi örneğinde sosyo-kültürel yönleriyle Osmanlı okçuluğu: XVIII. ve XIX. Yüzyıllar* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü, Ankara.
- Arıkoğlu, E., & Kuular, K. (2003). *Tuva Türkçesi sözlüğü*. (1. Baskı, s. 11). Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Arslan, A. (2022). *Sporcularda görsel dikkat, görsel bellek ve görsel imgeleme arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Asan, R. (2011). *Sekiz haftalık masa tenisi egzersizinin 9-13 yaş arası çocuklarda dikkat üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Asan, S., Çingöz, Y. E., & Paktaş, Y. (2021). Takım ve bireysel spor yapan bireylerin bilişsel davranışçı fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılması. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(2), 1-7.
- Aslan, E. (2020). *Okçuluk eğitiminde kullanılan enstrümanların modifikasyonu ile derin duyulardaki değişimin ilişkisi* (Doktora tezi). Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Atabeyoğlu, C. (1988). *Okçuluk tarihi*. Ankara: Türk Spor Vakfı Yayınları.
- Atabeyoğlu, C. (1991). *Türk spor tarihi ansiklopedisi*. İstanbul: Fotospor Yayını.

- Atakurt, E. (2018). *Oryantiring sporcularının bilişsel becerilerinin sürat ve hafıza oryantiring parkur performansı üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Atakurt, E., Şahan, A., & Erman, K. A. (2017). Oryantiring eğitiminin dikkat ve bellek üzerine etkisinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 127-134.
- Atalay, A., & Akbulut, A. K. (2013). Türk spor kültürünün eşsiz örneği: Okçular tekkesi. *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergisi*, 1(18), 144-154.
- Atlı-okçuluk. (2009). *Tüm yazılar*. <http://www.atli-okculuk.com/p/tum-yazlar.html> adresinden 20 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Avanoğlu A. E., Karakaya, F., & Hazar, S. (2020). Fiziksel aktivite düzeyi ile dikkat seviyesi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 10-16.
- Aydın, S. (2021). *Okçuluk sporuyla uğraşan sporcuların nöro-geribildirim ile odaklanma ve sakinlik analizi* (Yüksek lisans tezi). Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon.
- Bakırcan, İ. (2016). *Okçuluk sicil defteri* (İ. A. Yüksel ed.). 1. Baskı, s. 41-143. İstanbul: İstanbul Fetih Cemiyeti.
- Banich, M. T. (1997). *Neuropsychology: The neural bases of mental function*. Boston: Houghton-Mifflin.
- Barkley, R. A. (2015). *Attention-deficit hyperactivity disorder*. Newyork, London: The Guilford Press.
- Behan M., & Wilson, M. (2008). State anxiety and visual attention: The role of the quiet eye period in aiming to a far target. *Journal of Sports Sciences*, 26(2), 207-215. <http://dx.doi.org/10.1080/02640410701446919>
- Bilim, A. (2020). *Televizyon dizilerinin spora teşvik edici etkileri üzerine nitel bir araştırma: Okçuluk örneği* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bir, A., Kaçar, M., & Acar, Ş. (2006). Türk menzil okçuluğu, yay ve okları. *Osmanlı Bilimi Araştırmaları*, 8(1), 39-67.
- Borchert, J. (1998). *Effective trainings programme zur erhöhung schulischer aufmerksamkeit*. Ein überblick für lehrkrafte in (sonder) schulen. Sonderpaedagogischer Kongress in Hannover. www.vds-bundesverband.de/material/kongress_98/borchert.htm.
- Brickenkamp, R. (1981). Test d2. Aufmerksamkeits-belastungs-test. Göttingen: Verlag für Psychologie.
- Brown, T. E. (2005). *Dikkat eksikliği bozukluğu*. (E. Çetintaş Sönmez, Çev.). Ankara: ODTÜ Geliştirme Vakfı Yayıncılık ve İletişim A.Ş.
- Bruin, E. I., Van Der Zwan, J. E., & Bogels, S. M. (2016). A RCT comparing daily mindfulness meditations, biofeedback exercises, and daily physical exercise on attention control, executive

functioning, mindful awareness, self-compassion, and worrying in stressed young adults. *Mindfulness*, 7(5), 1182–1192.

Büyükcüra, A. (2024). *Ok atıcı yüzüğü ile başparmak çekişi çizim örneği*. Arif Büyükcüra Arşivi. 6 Mart 2024 tarihinde erişim sağlanmıştır.

Cammann, R., & Spiel, G. (1991). Neurophysiologische Grundlagen von aufmerksamkeits- und Konzentrationsleistungen. In: Barchmann H. Kinze W., Roth N. (eds.). *Aufmerksamkeit und Konzentration im Kindesalter*. Interdisziplinäre Aspect Berlin: Verlag Gesundheit, 11- 26.

Can, B. (2019). Nişangâh-ı İstanbul. (A. Uçar Ed.). *Osmanlı Devleti klasik çağ savaşlarında okçular* (s. 130-161). İstanbul: Gürsoy Grup Kültür Yayınları.

Cumhuriyet Gazetesi. (19 Nisan 1937). *Kemankeş Vakkas hatıralarını anlatıyor*. s.6. <https://egazete.cumhuriyet.com.tr/yayinlar> adresinden 15 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.

Cummings, H. S. C. (1960). Selected archery articles. (Driscoll, Margaret L. Ed.). *A story of Archery*. American Association for Health, Physical Education, and Recreation, Washington, D.C.

Çağlar, E., & Kuruç, Z. (2006). d2 dikkat testinin sporcularda güvenilirliği ve geçerliliği. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 17(2), 58-80.

Çağlar, E., Bilge, M., & Söğüt, M. (2011). d2 dikkat testinin çocuk sporcularda ölçüt geçerliliğinin test edilmesi: Pilot çalışma. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 19-29.

Çakaloğlu, E. (2022). *Açık ve kapalı beceri gerektiren spor branşlarında dikkat süreçlerinin EEG ile incelenmesi* (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Çoban, F. (2017). *Farklı spor branşlarındaki üniversite öğrencilerinin dikkat düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elâzığ.

Çoban, R. E. (2018). Osmanlı Türk yayları imali ve tasarım kitap incelemesi. *Türk Dünyası İncelemeleri Dergisi*, 18(2), 571-581.

Dal, N. (2015). *El tercihi belirlenen 10-11 yaş grubu çocukların okçuluk öğretiminde psikomotor ve bilişsel yeteneklerin okçuluk performansları ile arasındaki ilişki* (Doktora tezi). Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Manisa.

Damirchi, B., & Asgharian Asl, F. (2020). Effects of neurofeedback training on the attention and performance of semi-skilled male archery players. *Conference: 9th Basic And Clinical Neuroscience*, Congress at: Tehran, Iran.

Darzha, V. K. (2009). *Traditsionnye muzhskie zaniatiia tuvintsev (Traditional Tuvan male pursuits)*. Kyzyl, Tuvan Publishing House. In Russ.

Delice, H. İ. (2003). *Hulasa okçuluk ve atçılık*. (1. Baskı, s. 153-180). İstanbul: Kitabevi Yayınları.

Demircioğlu Karagöz, A. (2023). *Kombine egzersiz eğitiminin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan çocuklarda motor yeterlik, fiziksel uygunluk ve ilişkili bilişsel beceriler üzerine etkisi* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Derman, M. U. (2004). Üsküdar sempozyumu. (Z. Kurşun, A. E. Bilgili, K. Kahraman, & C. Güngör eds., s. 182-194). *Hezârfen Hattat Üsküdarlı Necmeddin Okyay*. İstanbul: Üsküdar Araştırmaları Merkezi Yayınları.
- Develik, B. (2022). *Okçuluk sporcularında stabilizasyonun ve el stabilizasyonla ilişkili parametrelerin atış performansına olan etkisinin servikal lumbal ve skapular seviyede incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dikkat Eksikliği Merkezi. (2023). *Dikkat eksikliği belirtileri*. <https://dikkateksikligi.com.tr/dikkat-eksikligi-belirtileri/> adresinden 30 Temmuz 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Doğan, A. (2017). *Osmanlıda kemankeşlik (okçuluk) ve ahilik ritüelleri* (Doktora tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Dolgun, G. (2003). *Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan 8-12 yaş grubu çocuklarda yaşam kalitesi ölçeğinin geliştirilmesi* (Doktora tezi). İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Duman Kurt, A. (2022). *Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan ergenlerde internet bağımlılığı ve aşırı odaklanma ilişkisi* (Tıpta uzmanlık tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi, Samsun.
- Durmuş, İ. (2019). Eski Türk savaş araç-gereç ve taktikleri. *Selçuklu Medeniyeti Araştırmaları Dergisi (SEMA)*, 4(4), 49-70.
- Efek, E. (2021). Spor bilimleri alanında akademik araştırmalar. Ö. Karataş (Ed.). *Spor ve dikkat* (s. 39-69). İzmir: Duvar Yayınları.
- Eker, K. (2016). *Çalışanlarda dikkat eksikliği bozukluğunun iş performansı ve işe devamsızlık oranı üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ekici, M. (2019). *Dede Korkut kitabı Türkistan / Türkmen sahra nüshası soylamalar ve 13. Boy Salur Kazan'ın yedi başlı ejderhayı öldürmesi*. (1. Baskı, s. 53-147). İstanbul: Ötügen Yayınları.
- Encyclopaedia Britannica. (2022). *Attention*. <https://www.britannica.com/science/attention> adresinden 18 Haziran 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Eralp T. N. (1993). *Tarih boyunca Türk toplumunda silah kavramı ve Osmanlı İmparatorluğunda kullanılan silahlar*. Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Yayını.
- Ercilasun, A. B., & Akkoyunlu, Z. (2020). *Dîvânu Lugâtit-Türk*. (4. baskı, s. 868-991). Ankara: Türk Dil Kurumu.
- Ergin, A., & Çetin, A. (2015). *İslambol okçuları*. (1. Baskı, s. 99-175). Ankara: Astana Yayınları.
- Eroğlu, M. A., & Puran, F. (2023). Kuzey Amerika Kızılderili ve Türk kültüründe ok ve yay çantaları. *Korkut Ata Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 11, 987-1008.

- Ertan, H. (2007). *Okçulukta işitsel uyarılmış beyin potansiyellerinin incelenmesi* (Doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ertuğrul, E. (2008). *Fuzûlî divânı söz varlığı, kelime grupları* (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Gazoz, M., & Şimşek, Y. (2021). *Okçuluk ders kitabı*. N. Dal (Ed.). Ankara: Millî Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference, 17.0 update* (10a ed.). Boston: Pearson.
- Gonzalez, C. C., Causer, J., Grey, M. J., Humphreys, G. W., Miall, R. C., & Williams, A. M. (2017). Exploring the quiet eye in archery using field- and laboratory-based tasks. *Exp. Brain Res*, 235, 2843–2855. <https://doi.org/10.1007/s00221-017-4988-2>
- Göksu, E. (2008). *Türkiye Selçuklularında ordu* (Doktora tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Göksu, E. (2018). *Okla yükselen millet*. (2. Baskı). İstanbul: Okçular Vakfı Yayınları.
- Gölbaşı, H. (2018). Osmanlı Devleti'nde spor tekkeleri. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 15, 41-53.
- Gözel, Z. (2023). Okçuluk sporunun çocuklarda motor beceri ve dikkat üzerine etkisinin araştırılması. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 364-373. <https://doi.org/10.38021/asbid.1215497>
- Gurulkan, K., Karaca, Y., Kırca, E., Temel, M. S., & Ümit, S. (2018). *Arşiv belgelerine göre Osmanlı'da spor*. İstanbul: Türkiye Cumhuriyeti Cumhurbaşkanlığı Devlet Arşivleri Başkanlığı Yayınları.
- Gündüz, G., Özden, S., & Tekçe, M. S. (2010). Türkler'de ahşap ok yapımı. *Bartın Orman Fakültesi Dergisi*, 12(17), 111–122.
- Gürbüz, F. (2019). *Mehmed Emin Vahid Paşa'nın Minhâcü'r Rumât adlı eseri inceleme-metin* (Yüksek lisans tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Exploratory factor analysis. Multivariate data analysis*. Prentice Hall.
- Helmke, A., & Renkl, A. (1993). Unaufmerksamkeit in grundschulklassen. Problem der klasse oder der lehrers? *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Paedagogische Psychologie*, 25, 185-205.
- Hindioğlu, A. (1838). *Hazine-i Lugat ou Dictionnaire Turc-Français*, Vienne.
- Hinrichs, C. F. A. (1870). *Archery rules*. No: 29 to 33 Park Place New York: Library of Congress: GV1189.H66
- İnal, A. N. (2020). *Beden eğitimi ve spor bilimi*. (6. Baskı, s. 1-17). İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık.

- Jin, P., Ge, Z. & Fan, T. (2022). Team ball sport experience minimizes sex difference in visual attention. *Front. Psychol.* 13: 987672, 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.987672>
- Kahraman, A. (1995). *Osmanlı Devleti'nde spor* (1.Baskı, s. 233- 437). Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Karakoç, B. (2023). *15-21 yaş okçuluk sporcularında zihinsel antrenmanın atış puanı ve zihinsel dayanıklılık düzeyleri üzerindeki etkisi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Karakuş, Z. (2018). *Hülâsa okçuluk ilminin kitabı* (1. Baskı, s. 7-10). Konya: Gedabad Yayınevi.
- Karpowicz, A. (2005). Performans of Ottoman Bows. *Journal of the Society of Archer Antiquaries*, 48, 44-48.
- Karpowicz, A. (2018). *Osmanlı Türk yayları, imali ve tasarım*. (M.Y. Akbulut, Çev.). İstanbul: Okçular Vakfı Yayınları.
- Kartal, R., Dereceli, Ç., & Kartal, A. (2016). Eskrim sporu yapan ve yapmayan 10-12 yaş arası çocukların dikkat düzeylerinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 82-88.
- Kavak, H. (2022). *Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu tanısı olan çocuk ve ergenlerde sosyal biliş sorunları ve işlevsellik arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Uzmanlık tezi). İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, İstanbul.
- Kaymak, S. (2003). *Dikkat toplama eğitimi programının ilköğretim 2. ve 3. Sınıf öğrencilerinin dikkat toplama becerilerinin geliştirilmesine etkisi* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kemankes. (2005). *Fotolar*. <https://www.kemankes.com/v2/?p=!foto> adresinden 20 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Kesimli, K. R. (2017). *Kavsnâme: İnceleme-metin-dizin* (Yüksek lisans tezi). Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.
- Kim, Y., Chang, T., & Park, I. (2019). Visual scanning behavior and attention strategies for shooting among expert versus collegiate Korean archers. *Perceptual and Motor Skills*, 0(0) 1-16.
- Kiremitçi, H. T. (2022). *Erken ergenlik döneminde sportif eğitimsel oyunların dikkat üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Kocahanoğlu, O. S. (2005). *İkinci Mahmud devri ve Türk kemankesleri*. (1. Baskı, s. 148-187). İstanbul: Temel Yayınları.
- Koçak, K. (2022). *Atıcılık çalışmalarının dikkat düzeyleri üzerine etkilerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Kütahya.
- Koçyiğit, B., Kumartaşlı, M., Orhan, H., & Yılmaz, E. (2020). Badminton antrenmanlarının dikkat düzeyi ve reaksiyon zamanı üzerine etkisinin incelenmesi. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 40-54.

- Kolb, B., & Winshaw, I. Q. (1996). *Attention, imagery, and consciousness. fundamentals of human neuropsychology*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Korkusuz, S. (2019). *Fiziksel etkinlik ve dikkat eğitimi uygulamalarının zihinsel engelli öğrencilerin motor beceri, görsel bellek, algı ve dikkat düzeylerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Uşak Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Uşak.
- Korobeynikova, E., Leonov, S., & Polikanova, I. (2017). Psychological features of attention in archery. *National Psychological Journal*, 2(26), 35-45.
- Kula, E. (2018). *Dikkat becerisi geliştirmeye dayalı programın dikkat eksikliği olan ilkokul öğrencileri üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Kunter, H. B. (1938). *Eski Türk sporları üzerine araştırmalar*. İstanbul: Cumhuriyet Matbaası.
- Kunter, H. B. (1942). *Atıcılar kanunnamesi*. Tarih Vesikaları, II, 10, 253–274.
- Kunter, H. B. (1944). Türk spor mimarisine dair. *Güzel Sanatlar Dergisi*, 5, 148–159.
- Kuşoğlu, M. Z. (2006). *Türk okçuluğu ve Sultan Mahmud'un ok günlüğü*. (1. Baskı, s. 24-26). İstanbul: Ötüken Yayınları.
- Küçük, M. A. (2018). İslâm öncesinden sonrasına Türk geleneğinde bir yaşam stili: Okçuluk. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(1), 178-191.
- Kültür ve Turizm Bakanlığı. (2023). *Geleneksel Türk okçuluğu*. <https://aregem.ktb.gov.tr/TR-345145/geleneksel-turk-okculugu.html> adresinden 31 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Londra Müzesi. (15 Temmuz 2021). *Archery*. <https://collections.museumoflondon.org.uk/online/object/490954.html> adresinden 15 Aralık 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Lu, Q., Li, P., Wu, Q., Liu, X., & Wu, Y. (2021). Efficiency and enhancement in attention networks of elite shooting and archery athletes. *Frontiers in Psychology*, 12:638822, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.638822>
- Makul, M. (2022). *Geleneksel okçuluk sporcularının sportif faaliyetlerindeki davranışlarına İslam dininin etkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bayburt.
- Mallı, A. Y. (2022). *12-14 yaş grubunda eğitsel oyunların çoklu zekâ, dikkat ve motor beceri üzerine etkisinin incelenmesi* (Doktora tezi). Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Merdan, Ö. (2016). *Dikkat ve koordinasyon çalışmalarının anaerobik yorgunluk altındaki dikkat, el-göz koordinasyonu ve reaksiyon süresi performansına etkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Metin, S. N., & Uysal, A. (2020). Osmanlı devleti okmeydanlarında menzil okçuluğu eğitimi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 276-285.

- Metin, T. (2014). Selçuklularda okçuluğa genel bir bakış. *Tarih Okulu Dergisi (TOD)*, 7(17), 131-153.
- Milli Kütüphane. (1994). *Okspor Kurumu fotoğraf albümü*. Foto albüm, 19.
- Mutlu, M. (2023). Tarih alanında uluslararası teori, araştırma ve derlemeler. (C. S. Temana ed.). *Cumhuriyet Döneminde okçuluk sporunu geliştirme çabalarında önemli bir oluşum: Okspor Kurumu*. s. 21-44. Ankara: Serüven Yayınları.
- Okçular Vakfı. (2023). *Hakkımızda, tarihçe*. <https://www.okcularvakfi.org/Home/HakkimizdaTarihce> adresinden 31 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Okçuluk Araştırmaları Enstitüsü. (2023.) *Hakkımızda*. <https://okculukarastirmalari.com/> adresinden 31 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Olympic Games. (2023). *Archery*. <https://olympics.com/en/sports/archery/> adresinden 15 Aralık 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Orhan, M., & Ateş, Z. M. (2018). Ok çeşitleri ve yapım teknikleri. *Uluslararası Gazi Süleyman Paşa ve Kocaeli Tarihi Sempozyumu, III*, 2483-2495.
- Orhan, S. (2018). *Oyun eğitiminin sedanter çocukların dikkat ve konsantrasyon düzeyi ile el-göz koordinasyonuna etkisi* (Yüksek lisans tezi). Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elâzığ.
- Öksüz, M. (2019). *Somut olmayan kültürel mirasın taşıyıcıları: Karaman el sanatı ustaları üzerine bir inceleme* (Yüksek lisans tezi). Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- Ölçücü, H. Ç. (2020). Tuhfetü'l Hasib'de geçen okçuluk terimleri üzerine. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 3(1), 73-80.
- Ölmez, F. N., & Özdamar, H. (2017). Bir yüzüğün öyküsü: Zihgir. *İdil Dergisi*, 6(33), 1555-1579.
- Öngel, H. B. (2001). Gelişim sürecinde erken iç Asya Türk okçuluğu. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(2), 89-215.
- Özcan, M. (2018). *İlkokul öğrencilerinin dikkat durumlarının incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Lefkoşa.
- Özgen, M. (2010). Osmanlı şenliklerinde bir gösteri sporu: Kabak oyunu. *Acta Turcica Çevrimiçi Tematik Türkoloji Dergisi*, 2(1), 377-393.
- Özgüven Duman, P. (2016). *Sekiz istasyonlu dairesel antrenman programının 10-12 yaş arası çocukların bourdon dikkat testi sonuçları üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Özkafa, F. (2018). Okçuluk ve hat sanatı. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(3), 1642-1672.

- Özkan, B. (2021). *Oryantiring sporu yapan ve yapmayan bireylerin stres alguları, dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirti düzeylerinin araştırılması* (Yüksek lisans tezi). Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Özmaden, M., Soyer, F., & Özmaden, H. (2016). Türkiye idman cemiyetleri ittifakı (TİCİ) amaçlarına göre sporun fonksiyonlarının değerlendirilmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 6104-6123. <https://doi.org/10.14687/jhs.v13i3.4042>
- Özveri, M. (2006). *Okçuluk hakkında merak ettiğiniz her şey*. İstanbul: Umut Matbaacılık.
- Özveri, M. (2008). *Geleneksel Türk okçuluğu bölüm 1: Tarihçesi, disiplinleri, kurumları, mistik yönleri*. (A. Akgün Çev.). http://www.tirendaz.com/tr/?page_id=15 adresinden 17 Temmuz 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Özveri, M. (2018). *Türk yayı ve av-dünü bugünü ve uygulamaları*. (1. Baskı, s. 117-168). İstanbul: Gezegen Yayınları.
- Pamuk, M. M. H. (2022). *Yönlendirici grup oyun terapisinin dikkat eksikliği ve sosyal duygusal beceri algısına etkisi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Parasuraman, R. (2000). *The attentive brain*. Cambridge: Mit Press.
- Pesce, C., Tessitore, A., Casella, R., Pirritano M., & Capranica, L. (2007). Focusing of visual attention at rest and during physical exercise in soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 1-12. <https://doi.org/10.1080/02640410601040085>
- Pişkin, N. E. (2018). *8 haftalık kort tenis antrenmanının 10-12 yaş aralığındaki çocuklarda bazı motorik özellikler ile dikkat gelişimleri üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Pişkin, N. E., & Alpay, C. B. (2019). Çocuklarda 8 haftalık kort tenis antrenmanının dikkat düzeyi üzerine etkisinin incelenmesi. *Journal of Physical Education & Sports Science*, 13(1), 11-17.
- Rahimi, A., Roberts, S. D., Baker, J. R., & Wojtowicz, M. (2022). Attention and executive control in varsity athletes engaging in strategic and static sports. *Plos One*, 17(4), 1-12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0266933>
- Reigal, R. E., Enríquez Molina, R., Herrera Robles, S., Juárez Ruiz de Mier, R., Pastrana Brincones, J. L., Hernández Mendo, A., & Morales Sánchez, V. (2022). Attentional span is determined by sport discipline. *Sustainability*, 14, 2524, 1-11. <https://doi.org/10.3390/su14052524>
- Renk, M. (2019). *10-13 yaş grubu çocuklarda oyunusal etkinliklerin dikkat gelişimine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Revnakoğlu, C. S. (1966). Fatih'in kurduğu Okmeydanı ve okçular tekkesi. *Tarih Konuşuyor Dergisi*, 5(27), 2227-2230.
- Royal Albert Memorial Museum. (2009). *The Fair Toxophilites or English Archers, nineteenth century*. <https://rammcollections.org.uk/collections/13460e52-3422-39f6-84e3-799483e0bdf4/> adresinden 14 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.

- Sachers, J. H. (2021). *The history of archery attire*. <https://www.bow-international.com/features/thehistory-of-archery-attire/> adresinden 14 Aralık 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Sağlam Acar, E. (2022). *Spor yapan ve yapmayan ortaokul öğrencilerinin sosyal becerileri, dikkat ve özgüven düzeylerinin araştırılması* (Yüksek lisans tezi). Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Salihi, M. R. O. (2022). *Sporcuların dikkat ve reaksiyon düzeylerinin branşlara göre karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Salman, A. (2021). *Geleneksel Türk okçuluğu yapan ergenler ile yapmayan ergenlerin fiziksel aktivite tutumları ile iyi oluşları arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Sarioğlu, H., & Özdemir, M. (2007). İstanbul Askeri Müzesi'ndeki deri askerî eşya ve aksesuarlardan örnekler. *Erdem Dergisi*, 16(48), 85-108.
- Saygılı, S. (2019). *Anadolu'da tarih öncesi dönemlerde ok uçları ve deneysel arkeoloji yöntemiyle ok ve yay yapımı* (Yüksek lisans tezi). Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bilecik.
- Schmidt, M., Egger, F., & Conzelmann, A. (2015). Delayed positive effects of an acute bout of coordinative exercise on children's attention. *Perceptual & Motor Skills: Learning & Memory*, 121(2), 431-446.
- Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü. (2023). *Tarihçe*. <https://shgm.gsb.gov.tr/Sayfalar/112/105/Tarihce> adresinden 14 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Şahan, N. (2019). *Motor beceri, görsel algılama ve yaşam kalitesinin çocukluk çağı dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunun (DEHB) farklı eş tanı grupları arasında incelenmesi* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şahin, Ö. (2019). *Çocuklarda badminton antrenmanlarının dikkat düzeyi üzerine etkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Şahintürk, H. (2019). Nişangâh-ı İstanbul. (A. Uçar Ed.). *Osmanlı devri okmeydanları ve İstanbul okçular tekkesi* (s. 24-88). İstanbul: Gürsoy Grup Kültür Yayınları.
- Şahintürk, H. (2022). *Okçuluk risalesi*. (1. Baskı, s. 72-76). İstanbul: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları, Okçular Vakfı Yayınları.
- Şahintürk, H., Can, B., Anık, Ş. S., & Can, Ö. (2021). *Okçular tekkesi müzesi kataloğu*. İstanbul: Okçular Vakfı Yayınları.
- Şahintürk, H., Karaca, Y., Özkılınç, A., Kırca, E., Temel, M. S., & Gurulkan, K. (2019). *Osmanlı arşiv belgelerinde Türk okçuluğu*. İstanbul: Türkiye Cumhuriyeti Cumhurbaşkanlığı Devlet Arşivleri Başkanlığı Yayınları, Okçular Vakfı Yayınları.

- Tarcan, S. S. (1932). *Beden terbiyesi*. İstanbul: Devlet Matbaası.
- Taşcıoğlu, E. N. (2022). *Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan çocuklarda fonksiyonel kuvvetlendirme eğitiminin dikkat, kaba ve ince motor beceriler, katılım ve yaşam kalitesine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Taşkın, E. (2016). Geleneksel Türk okçuluğu. *Bursa'da Zaman Dergisi*, Sayı: 18, s. 80-85. <https://www.bursa.bel.tr/yayinlar> adresinden 20 Eylül 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Tekin, M. (2018). *Okçuların imgeleme becerileri ile dikkat ve performans düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Tekmitchov, G. (2018). Arrow shaft design and performance. <https://eastonarchery.com/2018/12/arrow-shaft-design-and-performance/> adresinden 18 Aralık 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Temizkan, A., & Çoban R. E. (2015). Dedem Korkut kitabındaki silah terminolojisi üzerine bir inceleme. *Türk Dünyası İncelemeleri Dergisi*, 15(2), 15-28.
- Tinea, M. T., & Butlerb, A. G. (2012). Acute aerobic exercise impacts selective attention: An exceptional boost in lower-income children. *Educational Psychology*, 32(7), 821-834.
- Tirendaz. (18 Kasım 2008). *Hakkımızda*. http://www.tirendaz.com/tr/?page_id=2 adresinden 20 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Toker, M. Z. (1990). d2 dikkat testinin uyarılma çalışması. *Psikoloji-Seminer Dergisi*, 8 (Özel Sayısı), 627-635.
- Tunç, A. (2000). *Osmanlı Devleti'nde spor: Okçuluk* (Yüksek lisans tezi). Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Tunç, A. (2013). *Golf sporu yapan çocukların dikkat düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Turkish Archery. (14 Ekim 2014). *Geleneksel okçulukta son gelişmeler*. <https://turkish-archery.blogspot.com/2014/> adresinden 20 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Tükel, Y., Atılğan, D., & Temel, A. S. (2019). Türk halklarının geleneksel spor oyunları VIII. (C. Buyar, M. Türkmen, N. Useev, eds.). *Günümüzde geleneksel Türk okçuluğu*. s. 347-360. Kahramanmaraş: Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi ve Kahramanmaraş Belediyesi Yayını.
- Türk Dil Kurumu. (2023a). *Dikkat*. <https://sozluk.gov.tr/> adresinden 29 Mayıs 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Türk Dil Kurumu. (2023b). *Ülkü*. <https://sozluk.gov.tr/> adresinden 26 Temmuz 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Türk Kültür Vakfı. (2009). *Nurhan Atasoy resim arşivi*. https://www.turkishculture.org/dia/index.php?lang=tr&country=1&city=2&status=3&attribute=12&page=list&page_no=1 adresinden 7 Mart 2024 tarihinde erişim sağlanmıştır.

- Türker, Ü. (2022). Temel okçuluk eğitiminin dikkat ve konsantrasyon yetisine etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(4), 1491-1506.
- Türkiye Geleneksel Spor Dalları Federasyonu. (13 Haziran 2019). *Atlı okçuluk müsabaka talimatı*. <https://www.gsdf.gov.tr/tr/dokumanlar/mevzuatlar> adresinden 31 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Türkiye Geleneksel Spor Dalları Federasyonu. (2023). *Hakkımızda*. <https://www.gsdf.gov.tr/tr/hakkimizda> adresinden 30 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Türkiye Geleneksel Türk Okçuluk Federasyonu. (21 Şubat 2019). *Anasayfa, Haber*. <https://tgtof.org.tr/turkiye-geleneksel-turk-okculuk-federasyonu-kuruldu/> adresinden 31 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Türkiye Geleneksel Türk Okçuluk Federasyonu. (24 Ağustos 2023). *Duyuru ve Haberler*. <https://tgtof.org.tr/8-10-eylul-2023-bursa-buyukler-acik-hava-puta-turkiye-sampiyonasi-reglamani-ve-online-kayit/> adresinden 17 Eylül 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Türkiye Geleneksel Türk Okçuluk Federasyonu. (3 Ekim 2019). *Dokümanlar, puta koşusu talimatı*. <https://tgtof.org.tr/dokumanlar/talimatnameler/> adresinden 31 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Türkiye Geleneksel Türk Okçuluk Federasyonu. (3 Ekim 2019). *Dokümanlar, hava koşusu talimatı*. <https://tgtof.org.tr/dokumanlar/talimatnameler/> adresinden 31 Ekim 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi. (2016). Olimpiyat Dünyası: *Olimpik spor dallarını tanıyalım, okçuluk*. Sayı: 57, s. 164-170.
- Türkiye Okçuluk Federasyonu. (4 Temmuz 2019). *Yarışma fotoğrafları, 2019 gençler kadetler Türkiye şampiyonası*. <https://tof.smugmug.com/TOF-2019> adresinden 16 Aralık 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Türkiye Okçuluk Federasyonu. (1 Eylül 2019). *Yarışmalar*. <https://www.okculuk.org.tr/2019-zafer-haftasi-minikler-acik-hava-turkiye-sampiyonasi-sona-erdi/> adresinden 17 Eylül 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Türkiye Okçuluk Federasyonu. (24 Ocak 2023). *Talimatlar, Türkiye Okçuluk Federasyonu yarışma talimatı*. <https://www.okculuk.org.tr/federasyon/talimatlar/> adresinden 3 Aralık 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Uçar, İ. (2013). *Kavâidü'r-remy: Ok atıcılığının kuralları*. Ankara: Mucize Yayınları.
- Uluç, E. A. (2022). *Elit düzeydeki bocce ve dart sporcularının odaklanmış dikkat becerilerinin incelenmesi* (Doktora tezi). Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.
- Ulukan, M., & Özdemir, N. (2021). Okçularda Dikkat ve Performansın İncelenmesi. *Journal of History School*, 54, 3637-3657.

- Urfa, O., & Aşçı, F. H. (2018). 10 haftalık psikolojik beceri antrenman programının genç futbolcuların kaygı, özgüven, güdülenme, dikkat ve şut isabet oranı üzerine etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 29(3), 131-146.
- Ülgen, A. S. (2018). *Ok meydanı hakkında, ok meydanı tarifi*. <https://archives.saltresearch.org/handle/123456789/90698> adresinden 26 Şubat 2024 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Üstün, F., & Taşgın, E. (2020). The effect of recreative purpose modern and traditional archery education on attention parameters in adolescents. *Journal of Education and Learning*, 9(1), 244-250.
- Varol, S., & Türkmen, M. (2021). Dikkat düzeyi düşük olan öğrencilerde dart egzersizlerinin etkisi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(32), 460-475.
- Vural, H., & Aksoy Y. M. (2021). *Kemankeş Mustafa Efendi'nin okçuluk kitabı: Kavsnâme* (1. Baskı, s. 80- 126). İstanbul: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları, Okçular Vakfı Yayınları.
- Vural, M. U. (2016). *Life kinetik antrenmanlarının genç erkek basketbolcularda denge, reaksiyon süresi ve dikkat üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Wang, D., Hu, T., Luo, R., Shen, Q., Wang, Y., Li, X., Qiao, J., Zhu, L., Cui, L., & Yin, H. (2022). Effect of cognitive reappraisal on archery performance of elite athletes: The mediating effects of sport confidence and attention. *Front. Psychol*, 13, 860-817. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.860817>
- Wilson, M. R., Wood, G., & Vine, S. J. (2009). Anxiety, attentional control, and performance impairment in penalty kicks. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31, 761-775.
- World Archery. (2023). *Tarihçe*. <https://www.worldarchery.sport/sport/history> adresinden 15 Aralık 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Yarımkaya, E., Akandere, M., & Topal, A. (2015). Çocuklarda sprint antrenmanlarının dikkat üzerine etkisi. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 14(5), 83-95.
- Yastı, M. (2016). *Okçuluğun ilkeleri: Umdetü'l mütenazilin*. (A. Özkan ed., 1. baskı, s. 21-66). Konya: Palet Yayınları.
- Yavuz, K., & Canatar, M. (2010). *Telhîs-i Resâilât-ı Rumât*. (İ. Aydın Yüksel, Ed., s. 23-142). İstanbul: İstanbul Fetih Cemiyeti.
- Yavuzarslan, P. (2019). *Kamus-ı Türkî*. (3. Baskı, s. 257). Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Yaycı, L. (2007). *İlköğretim dördüncü sınıf öğrencilerinde seçici ve yoğunlaştırılmış dikkat becerilerini geliştirmeye dayalı bir programın etkililiğinin sınanması* (Doktora tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yaycı, L. (2013). d2 dikkat testinin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kalem Uluslararası Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 3(4), 43-80.

- Yazıcı, E. (2021). *Okçuluk sporcuların sporda imgeleme becerilerinin hedef yönelimi düzeylerine etkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Tekirdağ.
- Yıldıran, İ. (1986). *Tarihi kaynakları açısından Türk spor kültürü* (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yıldıran, İ. (2012). Anadolu uygarlıklarında spor. (İ. Yıldıran, T. Gültekin Eds.). *Osmanlılarda atlı hedef okçuluğu: Kabak oyunu*. s. 158-169. Ankara: Spor Yayınevi ve Kitapevi.
- Yılmaz, S. (2020). *Osmanlı Türkçesiyle yazılmış okçuluk ve atçılık mecmuası* (Yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Yönel, G., & Türkmen, M. (2017). Türk kültür yaşamında okçuluk. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(55), 523-533.
- Yönel, M. (2019). *Dart sporunun dikkat düzeyine etkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Yurdakul, R. S. (2018). Dikkat eksikliği. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 10(3), 27-30.
- Yücel, Ü. (2015). *Türk okçuluğu*. (2. Baskı). Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Yayınları.
- Yüksel, İ. A. (2017). Bahtiyarzâde okçuluk risalesi. (1. Baskı, s. 7-11). İstanbul: İstanbul Fetih Cemiyeti.
- Yüksel, İ. A., & Betin, A. T. (2019). *Tezkire-i rumat*. (1. Baskı, s. 5-37). İstanbul: İstanbul Fetih Cemiyeti.
- Zorba, H. A. (2014). Evliya Çelebi Seyahatnâmesi'ne göre Osmanlı İmparatorluğu'nda spor. *International Journal of Science Culture and Sport*. (1), 721-732.

EKLER

EK-1 Etik Kurul Kararı



NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU
BAŞKANLIĞI
ETİK KURUL KARARI

Etik Kurul Toplantı Tarihi/Sayısı ve Karar No	Tarih :14/07/2023 Toplantı Sayısı:08 Karar No :2023/348
Araştırmanın Başlığı	Klasik ve Geleneksel Türk Okçuluğu Temel Eğitiminin 9-15 Yaş Arasındaki Bireylerin Dikkat Seviyeleri Üzerine Etkisi.
Sorumlu Araştırmacı	Doç. Dr. Duygu HARMANDAR DEMİREL
Yardımcı Araştırmacılar	Lisansüstü Öğrenci Muhammet BASTEM
Etik Kurul Kararı	14628.R1-14781 sayılı başvuru Etik Kurul tarafından değerlendirilmiş olup, başvurunun bilimsel araştırma etiği açısından “Uygun” olduğuna karar verilmiştir.

ASLI GİBİDİR
14/07/2023

EK-2 Araştırma Kurum İzin Yazısı



T.C.
MERAM BELEDİYESİ
Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürlüğü

Sayı : E-46955193-804.99-74310
Konu : Araştırma İzni

08.08.2023

NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
Yaka Mah. Yeni Meram Cad. Kasım Halife Sok. No:11/1 42090 Meram / Konya

İlgi : Necmettin Erbakan Üniversitesi Rektörlüğü 01.08.2023 tarihli ve E-48178250-300-376275 sayılı yazısı.

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Muhammet BASTEM'in "Klasik ve Geleneksel Türk Okçuluğu Temel Eğitiminin 9-15 Yaş Arasındaki Bireylerin Dikkat Seviyeleri Üzerine Etkisi" adlı tezi kapsamında kurumumuzda araştırma yapma isteği uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Sinan KABAK
Başkan a.
Gençlik ve Spor Hizmetleri Md. V.

EK-3 Gönüllü Katılım Formu ve Veli İzin Dilekçesi



NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU GÖNÜLLÜ KATILIMCI ONAY FORMU

Sizi Doç. Dr. Duygu HARMANDAR DEMİREL ve Muhammet BASTEM tarafından yürütülen "Klasik ve Geleneksel Türk Okçuluğu Temel Eğitiminin 9-15 Yaş Arasındaki Bireylerin Dikkat Seviyeleri Üzerine Etkisi" başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı, okçuluk eğitiminin belirtilen yaşlardaki çocuk ve ergenlerin dikkat düzeyleri üzerine etkisinin incelenmesidir. Araştırmada sizden tahminen 10 dakika ayırmanız istenmektedir.

Bu çalışmaya katılmak tamamen GÖNÜLLÜLÜK esasına dayanmaktadır.

Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün sorulara, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle vermenizdir. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz.

Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup **KİŞİSEL BİLGİLERİNİZ GİZLİ TUTULACAKTIR**; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir.

Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında, şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız, araştırmacıya şimdi sorabilir veya aşağıdaki iletişim bilgilerinden ulaşabilirsiniz.

Yardımcı Araştırmacı/Sorumlu Araştırmacı Tarafından Doldurulacak	
Katılımcının kişisel bilgilerinin gizli tutulacağını, katılımcının çalışma kapsamında sağlayacağı tüm verilerin etik kurallara göre işleneceğini ve bu etik kuralların ihlali durumunda, ortaya çıkacak tüm sorumluluğu kabul ettiğimi beyan ederim.	
Unvanı, Adı-Soyadı:	
Tarih:	
İmza:	
Yetişkin Katılımcının Kendisi tarafından doldurulacak	
<input type="checkbox"/> Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım.	
<input type="checkbox"/> Çalışma hakkında yazılı/sözlü açıklama araştırmacı tarafından yapıldı ve kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.	
<input type="checkbox"/> Bu koşullarda, araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.	
18 Yaş Altı Kısıtlı Katılımcının Velisi/Vasisi tarafından doldurulacak	
<input type="checkbox"/> Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve bu çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü katılımcılara düşen sorumlulukları anladım.	
<input type="checkbox"/> Çalışma hakkında yazılı/sözlü açıklama araştırmacı tarafından yapıldı ve katılımcının kişisel bilgilerinin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.	
<input type="checkbox"/> Bu koşullarda, Velisi/Vasisi bulunduğum'nın araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmasını kabul ediyorum.	
Araştırma tamamlandığında genel/özel sonuçların benimle paylaşılmasını	<input type="checkbox"/> İstiyorum <input type="checkbox"/> İstemiyorum
Adı-Soyadı: veya Katılımcı Kodu:	
Tarih:	
İmza:	
İletişim Bilgileri (İsteğe bağlı):	

Bu form, katılımcının kendisi/velisi/vasisi tarafından imzalandıktan sonra araştırmacıya teslim edilecektir. Ayrıca talep edildiği takdirde, bu formun bir nüshası katılımcıya verilecektir.

EK-4 Kişisel Bilgi Formu

1. Yaşınız

- 9 10 11 12 13 14 15

2. Cinsiyetiniz

- Erkek Kadın

3. Hangi okula gidiyorsunuz?

- İlkokul Ortaokul Lise

4. Sınıfınız

1. 2. 3. 4.

5. Öğrenim gördüğünüz okulunuzun statüsü nedir?

- Devlet Okulu Özel Okul

6. Yıl sonu okul başarı puanınızın bulunduğu kutucuğu işaretleyiniz.

- 50 ve altı 50-60 61-70 71-80 81-90 91-100

7. Günlük hayatta en çok hangi elinizi kullanıyorsunuz? (Örneğin; yazı yazmak)

- Sol el Sağ el

EK-5 D2 Dikkat Testi

Değerli Katılımcılar,

Bir sayfalık test formunda 14 sıra ve her sırada 47 adet olmak üzere toplam 658 figür bulunmaktadır. Testte ‘d’ ve ‘p’ harfleri kullanılmaktadır. Bazı harflerin altında veya üstünde toplam bir, iki, üç ve dört nokta bulunmaktadır. Testte harfler, noktaları aldığı yerler ve sayılarına göre toplam 16 farklı şekilde bulunabilmektedir. Testi alan kişinin temel görevi, toplam iki noktası olan ‘d’ harfini bulabilmektir. Bunlar testte üç farklı şekilde bulunabilmektedir. Testi alana her sırada belirtilen görevi yerine getirebilmesi için 20 sn süre verilmektedir. Testin uygulanma süresi yaklaşık sekiz dakikadır.

	Ham Puan	Yüzelik	Yüzde Oran
TN (Total score)			
E1 (Omissions)			
E2 (Commissions)			
E (Errors)			
TN-E (Total errors)			
CP (Concentration)			
FR (Fluctuation)			

