



Judocuların Sirkadiyen Ritimlerine Göre Sportmenlik Yönelimlerinin İncelenmesi

Fatih SÜLÜN¹, Yunus Emre SUSUZ², İlyas KARAKAŞ², Filiz Fatma ÇOLAKOĞLU³

¹ Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID ID: 0000-0002-4132-4138

² Milli Savunma Üniversitesi, ORCID ID: 0000-0003-3432-7936

² Milli Savunma Üniversitesi, ORCID ID: 0000-0002-4493-2032

³ Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi ORCID ID: 0000-0002-0635-7583

Öz

Bu araştırmanın amacı üniversitede öğrenim gören judocuların cinsiyet, yaş, milli sporcu olma durumu ve kronotiplerine göre sportmenlik yönelimlerinin incelenmesidir. Araştırmaya 18 yaş üzeri 85 erkek 42 kadın toplamda 127 üniversiteli judocu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara “Kişisel Bilgi Formu”, “Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği”, “İnsan Sirkadiyen Ritimde Sabahçıl ve Akşamcıl Tipleri Belirleme Ölçeği” uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS-26 (Statistical Package for Social Sciences) istatistik programı kullanılmıştır. Veri seti normallik açısından incelenmiş ve normal dağılım göstermiştir. İkili grup karşılaştırmaları için yapılan bağımsız örneklem t-testi sonucunda judocuların sportmenlik yönelimlerinin cinsiyet, yaş ve milli sporcu olma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$). Ancak kronotiplerine göre sportmenlik yönelimleri için yapılan ANOVA testi sonucunda “Kurallara ve Yönetime Saygı”, “Sporda Sorumluluklara Bağlılık” ve “Sportmenlik Toplam” boyutlarında sabahçıl ve aratip arasında sabahçıl judocular lehine anlamlı düzeyde fark bulunmuştur ($p<.05$). Sonuç olarak üniversitede öğrenim gören judocuların kronotiplerine göre sportmenlik yönelimleri farklılaşmaktadır.

Orijinal Makale

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 01.09.2023

Kabul Tarihi: 06.10.2023

Online Yayın Tarihi: 16.10.2023

Anahtar kelimeler: Judo, Sportmenlik, Sirkadiyen Ritim, Kronotip.

Examination of Sportspersonship Orientations of Judo Athletes According to Circadian Rhythms

Abstract

The purpose of this study was to explore the sportspersonship orientations of Judo athletes studying at college according to gender, age, being a national athlete status and the chronotype. 127 Judo athletes (85 male, 42 female) who were at 18 age or above have voluntarily participated in research. Participants were conducted “Personal Information Form”, “Multi-dimensional Sportspersonship Scale”, and “Morningness-Eveningness Questionnaire”. Statistical Package for Social Sciences program was used in data analysis. Data set were examined in terms of normality and showed a normal distribution. As a result of independent sample t-test for pairwise comparisons, it was determined that the sportspersonship orientations of Judo athletes did not change significantly according to gender, age, being a national athlete status and the chronotype ($p>.05$). However, as a result of ANOVA test conducted for the sportspersonship orientation according to chronotypes, a significant difference was found in “respect to the rules and management”, “devotion and responsibility in sports”, and “Sportspersonship total” dimensions in favor of morningness Judo athletes among morningness and intermediate type Judo athletes ($p<.05$). In conclusion, sportspersonship orientations of Judo athletes studying at colleges differ according to their chronotypes.

Original Article

Article Info

Received:01.09.2023

Accepted:06.10.2023

Online Published:16.10.2023

Keywords: Judo, Sportspersonship, Circadian Rhythm, Chronotype.

Sorumlu Yazar: Fatih SÜLÜN
e-mail: fatihsulun93@gmail.com

GİRİŞ

Judo, Jigoro Kano tarafından Japon dövüş sanatlarının geleneklerinden ortaya çıkarılmış olimpik bir mücadele sporudur. Judo sporu ile uğraşan milyonlarca insan olması ve birçok uluslararası organizasyon, TV şovları vb. faaliyetler judonun kısa sürede popüler olmasına zemin hazırlamıştır (Sato, 2013). Judo, öğrencilerine ahlak kurallarını öğreten, var olma ve kaliteli yaşam tarzını judoculara benimseten entelektüel, fiziksel ve ahlaki eğitimleri bünyesinde barındıran spor dalı olarak tanımlanabilir (Brousse ve Matsumoto, 1999). Kano, judo sporunu geliştirirken her zaman bir spordan daha fazlası olmasını amaçlamıştır (Sasaki, 2006). Judocular nezaket yolundan geçerek judonun felsefi değerlerine ulaşmaya çalışırlar (Öztek, 2011). Judocular saygı, tevazu, nezaket, dürüstlük, kendine hâkim olma ve rakibini takdir etme gibi sportmenlikle bağdaşan değerleri spor yaşantılarında öğrenir ve benimserler.

Sportmenlik; dürüstlük, cömertlik, nezaket ve adil olma gibi nitelikleri içeren (Keating, 2007) sporun içerisinde yer alan ahlaki yargılar ve davranışlarla ilişkili olan adalet ve saygı algılarını kapsar. Olumlu sportmenlik yönelimine sahip sporcular (kazanana tebrik eden, rakibe ve hakeme saygılı olan vb.) olumsuz sportmenlik yönelimine sahip sporculara (hakemi aldatmaya çalışan, rakibine uygunsuz davranışlarda bulunan vb.) göre daha az şiddet ve saldırganlık içeren davranışlarda bulunurlar (Chantal vd., 2005). Profesyonel sporcuların agresif ve sportmenliğe uygun olmayan davranışları basında, medyada ve sosyal platformlarda düzenli olarak gösterilse de bu davranışlar amatör spor branşlarında da görülmektedir (Shrout vd., 2017). Son birkaç yılda daha sık karşılaştığımız, yağlı güreş müsabakalarında pehlivanlar arasında çıkan ufak çaplı arbedeler, amatör futbol maçlarında sık sık karşılaşılan kavgalar, hatta okul müsabakalarında bile yaşanan talihsiz olaylar örnek olarak verilebilir. Sportmenlik, sadece sporla bağdaşmış bir olgu değildir, günlük yaşamda var olan kurallara uyum ile de ilişkilidir (Vallerand, Deshaies, ve Cuerrier,1997b). Sportmenlik davranışının kazanımında sporcunun başarı hedefleri, antrenörün liderliği, takım arkadaşları ve hatta ebeveynleri tarafından etkilenir (Barić ve Bucik, 2009; Kassing ve Barber, 2007). Literatür incelendiğinde sportmenliğin, kişilik (Dorak, 2015; Gama vd., 2020; Sülün vd., 2021), saldırganlık (Chantal vd., 2005; Koç ve Güllü, 2017; Rahimizadeh vd., 2011), atılganlık (Efek ve Yiğiter, 2021), motivasyonel iklim (Gano-Overway vd., 2005; Miller vd., 2004; Stornes ve Ommundsen, 2004) ve liderlik (Kayışoğlu, 2015; Çakıcı, 2019; Çetinöz vd., 2021; Frank ve Yawen, 2015) ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Ancak sporcuların sportmenlik yönelimlerinin sirkadiyen ritim ile ne denli ilişkili olduğuna dair hiçbir araştırmaya rastlanmamıştır.

Sirkadiyen ritim, dünyanın kendi eksenini etrafında döndüğü 24 saatlik süreçte organizmaların çevredeki öngörülebilir değişikliklere karşı hazırlanmalarını sağlayan temel biyolojik süreçler olarak nitelendirilir (Summa ve Turek, 2014). Kronotip terimi ise sirkadiyen ritmin bireyler arasındaki farklılığı ifade eder (Vitale vd., 2015) ve kişiliğin bir özelliği olarak da kabul edilen, bireyin günlük aktivite ritminin özelliklerini tanımlamak için kullanılır. Başka bir deyişle kişinin, günün sabah ya da akşam saatlerini tercih etmesi ya da gün içerisinde kendini en iyi hissettiği ve en iyi performans sergileyebileceği saatleri bildirmesidir (Oginska ve Bruchal, 2014). Kişinin yapacağı aktiviteler için sabah saatlerini tercih etmesi ve yatağa erkenden gitmesi sabahçıl kronotip olarak adlandırılırken, genellikle aktivitelerini öğleden

sonraya planlaması ve geç saatlerde uyumayı tercih etmesi ise akşamcıl kronotip olarak nitelendirilir. Bu ikisi arasında kalan ve yetişkin nüfusun büyük çoğunluğunu kapsayan kronotip ise ara-tip olarak yer alır (Roden vd., 2017). Kişilerin kronotiplerine göre sportmenlik yönelimlerinin değişip değişmeyeceği merak konusu olduğundan, araştırmamızda judocuların kronotiplerine göre sportmenlik yönelim düzeylerini incelemek amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini 2022 yılında Afyon ilinde yapılan Üniversiteler Arası Türkiye Judo Şampiyonasına katılan 185 judocu örneklemini ise gönüllü olarak katılan 134 judocu oluşturmuştur. Eksik anketler araştırmadan çıkarılarak 127 judocu değerlendirmeye alınmıştır. %95 güven aralığında %5 hata yapı ile örneklem büyüklüğü 126 olarak hesaplanmıştır. Araştırmada amaçlı örnekleme tekniklerinden kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi zaman, maliyet, emek kaybından tasarruf etmek ve araştırmaya hız ve pratiklik katmak için kullanılabilir (Patton, 2015). Araştırmada yer alan katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin dağılımlar Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1: Araştırmada yer alan katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımı

Değişkenler	Kategoriler	f	%
Cinsiyet	Kadın	42	33,1
	Erkek	85	66,9
	Toplam	127	100
Yaş (yıl)	18-22	94	74
	23-27	33	26
	Toplam	127	100
Milli Sporcu (yıl)	Evet	72	56,7
	Hayır	55	43,3
	Toplam	127	100
Kronotip	Sabahçıl Tip	21	16,5
	Ara Tip	92	72,4
	Akşamcıl Tip	14	11
	Toplam	127	100

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan judocuların 42’sinin (%33,1) kadın 85’inin (%66,9) erkek olduğu görülmektedir. Judocuların 94’ü (%74) 18-22 yaş, 33’ü (%26) ise 23-27 yaş arasındadır, 72’si (%56,7) milli sporcu iken 55’i (43,3) milli sporcu değildir. Son olarak judocuların kronotipleri “İnsan Sirkadiyen Ritimde Sabahçıl ve Akşamcıl Tipleri Belirleme Ölçeği” ile belirlenmiş ve 21’i (%16,5) Sabahçıl tip, 92’si (%72,4) Ara tip ve 14’ü (%11) Akşamcıl tip olarak kategorize edilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden nedensel karşılaştırma araştırmaları modeli kullanılmıştır. Nedensel karşılaştırma araştırmaları modeli, var olan bir durumun nedenlerini,

bu nedenleri etkileyen değişkenleri ya da bir etkinin sonuçlarını belirlemeye yönelik bir araştırma türüdür (Büyüköztürk vd., 2018). Bu bağlamda araştırmanın bağımlı değişkenini oluşturan sportmenlik yöneliminin bağımsız değişkenler tarafından (cinsiyet, milli sporcu durumu, yaş ve kronotip) etkilenip etkilenmediği incelenmiştir.

Araştırma Etięi

Bu araştırmanın etik kurul onayı için, Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu'na başvurulmuş ve komisyonun 10.05.2022 tarih ve 09 sayılı toplantısında çalışmanın etik açıdan bir sakınca bulunmadığına karar verilmiş ve etik onayı alınmıştır (Sayı: E-77082166-604.01.02-358573).

Verilerin Toplama Araçları ve Verilerin Toplanması

Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği

Araştırmada yer alan katılımcıların sportmenlik yönelimlerini belirlemek için Valerand ve diğ. (1997) tarafından geliştirilen (Multi Dimensional Sportpersonship Orientation Scale-MSOS) Sezen-Balçıkanlı (2010) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği uygulanmıştır. Ölçeęin Türkçe versiyonu 4 alt boyut 20 maddeden oluşup 5'li likert tipinde derecelendirilmiştir. Ölçeęin alt boyutları ve cronbach alpha katsayısı; sosyal normlara uyum $\alpha=.86$, kurallar ve yönetime saygı $\alpha=.83$, sporda sorumluluklara bağlılık $\alpha=.91$ ve rakibe saygı $\alpha=.82$ 'dir (Balçıkanlı, 2010). Bu araştırmada ölçeğin alt boyutlarına ve toplamına ait cronbach alpha katsayısı ise; sosyal normlara uyum $\alpha=.90$, kurallar ve yönetime saygı $\alpha=.84$, sporda sorumluluklara bağlılık ($\alpha=.89$), rakibe saygı $\alpha=.73$ ve ölçeğin genelinde ise $\alpha=.94$ olarak hesaplanmıştır.

İnsan Sirkadiyen Ritimde Sabahçıl ve Akşamcıl Tipleri Belirleme Ölçeği

Katılımcıların kronotiplerini belirlemek için, Horne ve Ostberg tarafından geliştirilen (1976) Pündük ve diğ. (2005) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan İnsan Sirkadiyen Ritimde Sabahçıl ve Akşamcıl Tipleri Belirleme Ölçeği (SATBÖ) kullanılmıştır. Ölçek 19 maddeden oluşmakta ve her soru için farklı puanlanmaktadır. Katılımcılar, ölçekten elde edilen puanlara göre 16-41 puan aralığında ise "Akşamcıl tip", 42-58 puan aralığında ise "Ara tip" ve 59-86 puan aralığında ise "Sabahçıl tip" olarak sınıflandırılmaktadır (Mota vd., 2016; Ryu vd., 2018).

Verilerin Toplanması

Araştırmacılar tarafından hazırlanan ölçekler, 2022 yılında yapılan Üniversiteler Arası Türkiye Judo Şampiyonası'nda yer alan judoculara uygulanmıştır. Ölçekler katılımcılara uygulanmadan önce gönüllülük esasının olduğunu, verecekleri cevapların gizli tutulacağını ve araştırma dışında hiçbir amaçla kullanılmayacağı söylenmiştir. Katılımcıların cevapladıkları ölçekler araştırmacılar tarafından toplanıp istatistiksel analiz için kullanılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada katılımcılardan toplanan veriler sayısallaştırılarak SPSS-26 (Statistical Package for Social Sciences) istatistik programına girilmiş ve analiz yapılmıştır. Verilerin analizinde kullanılacak testler için veri seti normallik açısından incelenmiş, ölçeklerin Çarpıklık (Skewness) ve Basıklık (Kurtosis) değerleri $\pm 1,50$ olarak hesaplanmıştır. Tabachnick ve Fidell (2013) çarpıklık ve basıklık değerlerinin $\pm 1,50$ arasında olduğu durumlarda dağılımın

normal dağılım olarak gerçekleştiğini kabul etmektedirler. Verilerin normal dağılım gösterdiği belirlendikten sonra ikili grup karşılaştırmalarında bağımsız örneklem t testi ve çoklu grup karşılaştırmalarda tek yönlü varyans analizi ANOVA kullanılmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 2: Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre bağımsız örneklem t testi sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	Ort	Ss	t	p
Sosyal Normlara Uyum	Kadın	42	3,97	1,16	-,188	0,851
	Erkek	85	4,01	1,03		
Kurallara ve Yönetime Saygı	Kadın	42	3,93	1,10	,449	0,654
	Erkek	85	3,85	,89		
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	Kadın	42	4,13	1,07	,310	0,757
	Erkek	85	4,07	1,01		
Rakibe Saygı	Kadın	42	3,67	,94	-,849	0,398
	Erkek	85	3,81	,84		
Sportmenlik Toplam	Kadın	42	3,93	,98	-,055	0,957
	Erkek	85	3,93	,84		

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkenine göre ortalamaları bağımsız örneklem t testi ile karşılaştırılmış. Bağımsız örneklem t testi sonucunda cinsiyet değişkeni açısından ölçek toplam ve alt boyutların tamamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Hem kadın hem erkek judocuların, Judonun değerlerini cinsiyet farkı olmaksızın benimsemeleri ve bu değerleri uygulamalarından dolayı sportmenlik puanlarının birbirine yakın çıktığı söylenebilir.

Tablo 3: Katılımcıların milli sporcu olma değişkenine göre bağımsız örneklem t testi sonuçları

Alt Boyutlar	Milli Sporcu	n	Ort	Ss	t	p
Sosyal Normlara Uyum	Evet	72	3,84	1,14	-1,868	,064
	Hayır	55	4,19	,95		
Kurallara ve Yönetime Saygı	Evet	72	3,86	1,04	-,310	,757
	Hayır	55	3,91	,85		
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	Evet	72	4,04	1,07	-,547	,586
	Hayır	55	4,15	,98		
Rakibe Saygı	Evet	72	3,77	,97	,101	,920
	Hayır	55	3,76	,75		
Sportmenlik Toplam	Evet	72	3,88	,96	-,779	,438
	Hayır	55	4,00	,77		

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların milli sporcu olma değişkenine göre ortalamaları bağımsız örneklem t testi ile karşılaştırılmıştır. Bağımsız örneklem t testi sonucunda milli sporcu olma değişkeni açısından ölçek toplam ve alt boyutların tamamında istatistiksel açıdan

anlamli bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). “Rakibe Saygı” alt boyutu hariç diğer tüm boyutlarda milli olmayan sporcuların sportmenlik puanları yüksek olsa da anlamlı düzeyde olmadığı saptanmıştır. Ulusal ve uluslararası müsabakalarda kurallar esnetilmeden uygulandığından, milli ve milli olmayan judocuların da bu kurallara bağlı olmasından dolayı sportmenlik puanlarının yakın çıktığı düşünülmektedir.

Tablo 4: Katılımcıların yaş değişkenine göre bağımsız örneklem t testi sonuçları

Alt Boyutlar	Yaş	n	Ort	Ss	t	p
Sosyal Normlara Uyum	18-22	94	3,91	1,08	-1,496	,137
	23-27	33	4,23	1,02		
Kurallara ve Yönetime Saygı	18-22	94	3,82	,98	-1,267	,208
	23-27	33	4,06	,89		
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	18-22	94	4,03	1,04	-1,001	,319
	23-27	33	4,24	1,00		
Rakibe Saygı	18-22	94	3,75	,92	-,309	,758
	23-27	33	3,81	,76		
Sportmenlik Toplam	18-22	94	3,88	,90	-1,166	,246
	23-27	33	4,09	,83		

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların yaş değişkenine göre ortalamaları bağımsız örneklem t testi ile karşılaştırılmıştır. Bağımsız örneklem t testi sonucunda yaş değişkeni açısından ölçek toplam ve alt boyutların tamamında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir ($p>0,05$). Judo ile tanışılan ilk günlerden itibaren judonun değerlerinin öğretilmesi ve bir judocunun bunu yaşı kaç olursa olsun judo hayatı boyunca uygulaması sebebiyle yaş değişkeninde anlamlı farklılık çıkmadığı söylenebilir.

Tablo 5: Katılımcıların kronotiplerine göre sportmenlik yönelimlerinin tek yönlü varyans analizi ANOVA sonuçları

Alt Boyutlar	Kronotip	n	Ort	Ss	F	p	fark
Sosyal Normlara Uyum	Akşamcıl tip	14	4,03	,85	1,448	,239	
	Ara tip	91	3,90	1,15			
	Sabahçıl tip	21	4,33	,75			
Kurallara ve Yönetime Saygı	Akşamcıl tip	14	3,89	,75	1,956	,045*	Sabahçıl tip > Ara tip
	Ara tip	91	3,78	1,03			
	Sabahçıl tip	21	4,24	,66			
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	Akşamcıl tip	14	4,09	,81	3,758	,001*	Sabahçıl tip > Ara tip
	Ara tip	91	3,96	1,10			
	Sabahçıl tip	21	4,63	,62			
Rakibe Saygı	Akşamcıl tip	14	3,69	,61	,850	,430	
	Ara tip	91	3,72	,3			
	Sabahçıl tip	21	3,99	,79			
Sportmenlik Toplam	Akşamcıl tip	14	3,92	,60	2,340	,017*	Sabahçıl tip > Ara tip
	Ara tip	91	3,84	,96			
	Sabahçıl tip	21	4,30	,56			

Tablo 5 incelendiğinde rakibe saygı ve sosyal normlara uyum alt boyutlarında anlamlı bir farklılığa rastlanmamışken, kurallar ve yönetime saygı, sporda sorumluluklara bağlılık ve

sportmenlik toplam boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Varyanslar homojen olarak dağılmadığı tespit edilmiş ve ortaya çıkan anlamlı farkı belirleyebilmek için Post Hoc karşılaştırma analizlerinden Tamhane's testi kullanılmıştır. Sabahçıl tiplerin daha hoşgörülü, saygılı, sorumluluk sahibi gibi sportmenlikle bağdaşan kişilik özelliklerine sahip olmasından kaynaklı anlamlı farklılık çıktığı düşünülmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada, üniversite öğrencisi olan judocuların farklı değişkenler ve sirkadiyen ritimleri açısından sportmenlik yönelimleri incelenerek judo sporu ile ilgili literatüre katkı verilmesi amaçlanmıştır. Araştırmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda judocuların cinsiyet, milli sporcu olma durumu, yaş değişkeni ve sirkadiyen ritmin sportmenlik yönelimi üzerine etkileri literatürde yer alan bilgilere göre aşağıda tartışılmıştır.

Araştırmamız bulgularında cinsiyet değişkenine göre ÇBSYÖ toplam puanında, sosyal normlara uyum alt boyutunda ve rakibe saygı alt boyutunda erkekler lehine kurallara ve yönetime saygı ve sporda sorumluluklara bağlılık alt boyutlarında kadınlar lehine puanlar yüksek olmasına rağmen, istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir. Literatür incelendiğinde, araştırmamız bulguları ile paralellik gösteren araştırmalar mevcuttur; Gürpınar ve Kurşun (2013) basketbolcu ve futbolcuların sportmenlik yönelimleri inceledikleri araştırmalarında kadınların tüm parametrelerde erkek katılımcılara göre daha yüksek puanlara sahip olduğu ancak bu yüksekliğin anlamlı farklılık ortaya çıkarmadığı sonucuna ulaşımlardır. Sülün vd. (2021) Judo antrenörleri üzerine yaptıkları araştırmada, antrenörlerin sportmenlik yönelimlerinin kadınlar lehine puanların yüksek olduğu ancak bu yüksekliğin anlamlı bir fark oluşturmadığı sonucuna ulaşımlardır. Shields vd. (2007) genç sporcular üzerinde yürüttükleri araştırmada cinsiyet değişkenine göre sportmenlik yöneliminin anlamlı farklılaşmadığı sonucuna ulaşımlardır. Araştırmamız sonuçları ile paralellik gösteren araştırmalar literatürde (Miller vd. 2004; Dereceli, 2019; Hacıcağferoğlu vd. 2015) mevcuttur; Ancak literatür incelendiğinde Yalçın vd. (2020); Tsai ve Fung (2005) ve Koç ve Seçer (2018) yapmış oldukları araştırmalarda araştırmamız aksine cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık tespit etmişlerdir. Judo yüksek seviyede mücadele ve kazanma arzusunu içerisinde barındırır da JU: kibarlık ve nezaket DO: yol, prensip ve düşünce ifadelerini temelinde bulundurur. Judo ile tanışan tüm bireyler bu felsefeyle birlikte Judonun değerleri içerisinde saygı, nezaket, taktir etme, kendine hakim olma, dayanışma ve dürüstlük gibi kavramlar ile Judo sporunu deneyimler. Buradan hareketle örneklem grubumuzun bu değerleri benimseyip mücadele ettiği ve dolayısıyla cinsiyet değişkeninde anlamlı farklılığa yol açmadığı söylenebilir.

Araştırmamız bulgularında üniversiteli judocuların milli sporcu olma durumlarına göre ÇBSYÖ toplamı ve alt boyutlarında anlamlı fark bulunamamıştır. Ancak literatürde yapılan araştırmalar incelendiğinde Sülün vd. (2021) judo antrenörlerinin sportmenlik yönelimlerine ve kişilik özelliklerini inceledikleri araştırmalarında; Çalayır vd. (2017) tarafından buz hokeyi sporcularının sportmenlik davranışlarını incelendiği araştırmada; Akoğlu vd. (2019)'nin uluslararası müsabakalarda yarışan sporcuların spormenlik davranışları üzerine yaptıkları araştırmada ve Güllü ve Şahin (2018) milli güreşçilerin sportmenlik yönelimlerini inceledikleri araştırmalarında araştırmamız aksine istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit

etmişlerdir. Judo branşı kesin kuralları olan, temelleri gereği nezaketli davranışları içerisinde barındıran uzak doğu kökenli olimpik bir mücadele sporudur. Judonun doğası gereği sportmenlik dışı davranışlar “Hansoku Make” olarak ifade edilen diskalifiye cezası ile cezalandırılmaktadır. Bu kurallar gerek ulusal müsabakalarda gerek uluslararası müsabakalarda esnetilmeden uygulanmaktadır. Dolayısıyla hem yurtdışında ülkemizi temsil eden milli judocuların hem de milli seviyeye yükselmemiş judocuların sportmenlik davranışları açısından anlamlı farklılık bulunamaması bu açıdan değerlendirilebilir.

Araştırmamızın bir diğer bulgusunda yaş değişkenine göre ÇBSYÖ toplamı ve alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Literatür incelendiğinde Sülün vd. (2021); Yalçın vd. (2020); Özsarı (2018); Göksel ve Zorba (2017) yapmış oldukları araştırmaların sonuçları araştırmamız sonuçları ile paralellik göstermektedir. Ancak Usal (2022)’ın genç sporcuların antrenör liderlik stillerinin sportmenlik yönelimini belirlemedeki rolünü inceledikleri araştırma, Tsai ve Fung’un (2005) basketbolcuların ve voleybolcuların sportmenlik yönelimleri inceledikleri araştırma, Elik’in (2017) amatör futbolcuların sportmenlik yönelimlerini incelediği araştırma, Gürpınar ve Kurşun’un (2013) basketbolcu ve futbolcuların sportmenlik yönelimlerini inceledikleri araştırma ve Özsarı vd. (2018)’nin kadın basketbolcuların sportmenlik yönelimlerini inceledikleri araştırma sonuçları araştırmamız aksine yaş değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık ortaya koymuştur. Antrenörler, Judo branşının değerlerini bireylere Judo sporuna başladıkları ilk yıllardan itibaren benimsetmektedirler. Judocular bu değerleri ufak yaşlardan itibaren benimseyip yaşam felsefesi haline getirmeyi amaçlarlar. Dolayısıyla judocuların yaşı kaç olursa olsun Judo değerlerini uygulamaktadır. Ayrıca, 18-27 yaş arasındaki katılımcılarımızın %74 gibi büyük çoğunluğu 18-22 yaş arasında olup yaşları birbirine çok yakındır. Bu iki husus dikkate alındığında, katılımcılarımızın sportmenlik davranışlarında yaş değişkeni açısından anlamlı farklılık ortaya koymamasının nedeni olduğu kanısına varılmıştır.

Araştırmamız bulgularındaki bir diğer sonuç ise katılımcıların sirkadiyen ritimlerine göre ÇBSYÖ sosyal normlara uyum alt boyutu ve rakibe saygı alt boyutunda anlamlı fark bulunmazken, kurallara ve yönetime saygı alt boyutu, sporda sorumluluklara bağlılık ve ÇBSYÖ toplamında sabahçıl tip lehine istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur.

Literatür incelendiğinde sirkadiyen ritim ile sportmenliği ele alan herhangi bir araştırma mevcut değildir. Ancak sabahçıl ve akşamcıl tipler arasında kişilik özelliklerini inceleyen araştırmalar bulunmaktadır. Toktaş ve ark. (2017) tarafından kronotipe göre erkek üniversite öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını inceledikleri araştırmada, kendini gerçekleştirme alt boyutunda sabahçıl bireyler lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Maslow, kendini gerçekleştiren insanın özellikleri arasında; başkalarına karşı saygılı, hoşgörülü, insan ilişkileri iyi kavramlarını bildirmiştir (Erden ve Akman, 2002). Eysenck kişilik modeli ile ilgili yapılan birçok araştırmada (De Young ve ark. 2007; Gray ve Watson, 2002; Hogben ve ark. 2007; Jackson ve Gerard, 1996) akşamcıl tiplerin, sabahçıl tiplerden daha az sorumluluk özelliğine sahip olduğunu bildirmiştir. Yapılan diğer araştırmalarda da (Randler, 2008; Tonetti ve ark. 2009) sabahçıların kişilik özellikleri bakımından sorumluluk ve dışadönüklük boyutları arasında pozitif ilişki, nörotisizm boyutunda ise negatif bir ilişki bulunmuştur. Muro ve ark. (2011) tarafından yapılan başka bir araştırmada akşamcıl

kadınların sabahçıl kadınlardan daha yüksek düzeyde saldırganlık-düşmanlık skorlarına sahip olduğu bildirilmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak sabahçıl tiplerin daha hoşgörülü, saygılı, insan ilişkilerinin pozitif ve daha sorumluluk sahibi olduğu ayrıca daha az saldırgan davranışlarda bulunduğu ve daha az nevroitik davranışlara sahip olduğu söylenebilir. Olumlu sportmenlik davranışlarının ortaya çıkması dürüstlük, nezaket, adil olma, kazananı tebrik etme, saygılı olma diğer yönden olumsuz davranışların ortaya çıkması saldırganlık davranışları, yalan, aldatma vb. kavramlarını içermektedir. Böylece yukarıda bahsi geçen araştırma sonuçları ile bu kavramların birbiriyle örtüştüğü ve bulgumuz sonucu olan sabahçıl tiplerin buna benzer nedenler ile daha yüksek sportmenlik puanları elde ettiği düşünülmektedir.

- Daha geniş yaş aralığında ve daha büyük örneklem grubunda yapılabilir.
- Farklı bireysel veya takım sporu içerisinde yer alan sporcular üzerine uygulanabilir.
- Katılımcıların kronotiplerine göre; beslenme alışkanlıkları, uyku kalitesi, yaşam memnuniyeti, sosyal becerileri ve egzersiz bağımlılığı düzeyleri karşılaştırılabilir.

KAYNAKLAR

- Akoğlu, H. E., Ayyıldız E., ve Sunay H. (2019). Uluslararası spor organizasyonlarına katılan sporcuların sporda ahlaktan uzaklaşma ve sportmenlik davranışlarının incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 329-340.
- Barić, R., ve Bucik, V. (2009). Motivational differences in athletes trained by coaches of different motivational and leadership profiles. *Kinesiology*, 41, 181-194.
- Brousse, M., ve Matsumoto D. (1999). *Judo: A Sport and a Way of Life*, International Judo Federation, Seoul.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. 24.baskı PEGEM Akademi.
- Chantal, Y., Robin, P., Vernat, J. P., ve Bernache-Assollant, I. (2005). Motivation, sportpersonship, and athletic aggression: A mediational analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 6(2), 233-249.
- Çakıcı, H. A. (2019). Amatör futbolcuların liderlik özellikleri ile sportmenlik yönelimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Çalayır, Ö., Yıldız N., Yaldız Ö., ve Çoknaz H. (2017). Hokey müsabakalarına katılan sporcuların beden eğitimi dersi sportmenlik davranışlarının incelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 27-37.
- Çetinöz, F., Uygun, O. ve Yıldız, K. (2021). Liderlik Yönelimi İle Sportmenlik Yönelimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 184-197.
- Dereceli, Ç. (2019). An Examination of multidimensional sports personship orientation levels of professional athletes. *European Journal of Education Studies*, 6(6), 164-174.
- DeYoung, C. G., Hasher, L., Djikic, M., Criger, B., ve Peterson, J. B. (2007). Morning people are stable people: Circadian rhythm and the higher-order factors of the Big Five. *Personality and Individual Differences*, 43(2), 267-276.
- Dorak, F. (2015). The relationship between personality and sportpersonship orientations. *The Anthropologist*, 19(3), 597-601.
- Efek, E. ve Yiğiter, K. (2021). Spor Katılımının Atılganlık ve Sportmenlik Düzeyleri ile İlişkisi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18(43).
- Elik, T. (2017). Güneydoğu Anadolu bölgesi futbol takımlarında amatör olarak futbol oynayan sporcuların sportmenlik yönelimleri ve empatik eğilim düzeyleri. Yüksek Lisans Tezi, Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Erden, M., ve Akman, Y. (2002). *Gelişim ve öğrenme* (11. Baskı). Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Gama, D. R., de Queiroz, M. A., Cordeiro, M. C., Eftimie, J. M., ve Vale, R. S. (2020). Relationship between sportsmanship and personality traits of amateur electronic sportsmen from Rio de Janeiro. *RETOS-Neuvas Tendencias en Educacion Fisica, Deporte y Recreacion*, (38), 537-542.
- Gano-Overway, L. A., Guivernau, M., Magyar, T. M., Waldron, J. J., ve Ewing, M. E. (2005). Achievement goal perspectives, perceptions of the motivational climate, and sportpersonship: Individual and team effects. *Psychology of sport and exercise*, 6(2), 215-232.
- Göksel, A. G., ve Zorba E. (2017). The examination of sportsmanship behaviors of beach handball players in Turkey. *The Sport Journal*, 19, 1-9.
- Gray, E. K., ve Watson, D. (2002). General and specific traits of personality and their relation to sleep and academic performance. *Journal of Personality*, 70(2), 177-206.
- Güllü S., ve Şahin S. (2018). Milli güreşçilerin sportmenlik yönelim düzeyleri üzerine bir araştırma. *Electronic Turkish Studies*, 13(18), 705-718.
- Gürpınar, B. ve Kurşun S. (2013). Basketbolcuların ve futbolcuların sportmenlik yönelimleri. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi*. 3(1), 171-176.
- Hacıcaferoğlu, S., Selçuk, M., Hacıcaferoğlu B., ve Karataş Ö. (2015). Ortaokullarda işlenen beden eğitimi ve spor derslerinin, sportmenlik davranışlarına katkısının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(4), 557-566.
- Hogben, A. L., Ellis, J., Archer, S. N., ve von Schantz, M. (2007). Conscientiousness is a predictor of diurnal preference. *Chronobiology International*, 24(6), 1249-1254.
- Horne, J.A., ve Östberg, O. (1976). A self assessment questionnaire to determine morningness-eveningness in human circadian rhythms. *International Journal of Chronobiology*, 4(2), 97-110.
- Jackson, L. A., ve Gerard, D. A. (1996). Diurnal types, the "big five" personality factors, and other personal characteristics. *Journal of Social Behavior and Personality*, 11(2), 273.
- Jing-Horng, Lu, F., ve Hsu, Y. (2015). The interaction between paternalistic leadership and achievement goals in predicting athletes' sportpersonship. *Kinesiology*, 47(1.), 115-122.
- Kassing, J.W., ve Barber, A.M. (2007). "Being a good sport": An investigation of sportsmanship messages provided by youth soccer parents, officials, and coaches. *Human Communication*, 10(1), 61-68.

- Kayıoğlu, N.B., Altınkök, M., Temel, C. ve Yüksel, Y. (2015). Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışlarının incelenmesi: Karabük ili örneği. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, Volume: 1(3).
- Keating, J. W. (2007). Sportsmanship as a moral category. In W. J. Morgan (Ed.), *Ethics in Sport* (2nd ed., pp.141-152). Human Kinetics.
- Koç, Y., ve Seçer, E. (2018). Spor bilimleri alanında eğitim gören üniversite öğrencilerinin sportmenlik davranışları ile saygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 13(2), 247-259.
- Koç, Y., ve Güllü, M. (2017). Lise öğrencilerinin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(1), 19-30.
- Miller, B. W., Roberts, G. C., ve Ommundsen, Y. (2004). Effect of motivational climate on sportspersonship among competitive youth male and female football players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 14(3), 193-202.
- Mota, M. C., Waterhouse, J., De-Souza, D. A., Rossato, L. T., Silva, C. M., Araújo, M. B. J., ve Crispim, C. A. (2016). Association between chronotype, food intake and physical activity in medical residents. *Chronobiology International*, 33(6), 730-739.
- Muro, A., Gomà-i-Freixanet, M., Adan, A., ve Cladellas, R. (2011). Circadian typology, age, and the alternative five-factor personality model in an adult women sample. *Chronobiology International*, 28, 690-696. <http://dx.doi.org/10.3109/07420528.2011.590262>.
- Oginska, H., ve Oginska-Bruchal, K. (2014). Chronotype and personality factors of predisposition to seasonal affective disorder. *Chronobiology International*, 31(4), 523-531.
- Özsarı, A. (2018). İşitme engelli voleybolcuların sportmenlik yönelimleri. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 20(3), 113-122.
- Özsarı, A., Demirel H., Altın M., Yalçın Y. G. ve Demir H. (2018). Kadın basketbolcuların sportmenlik yönelimleri. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2),66-71.
- Öztek, İ. (2011) Bilimsel kuraş. Antakya Belediyesi Kültür Yayınları. Antakya.
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research and evaluation methods*. California: Sage Publishing.
- Pündük, Z., Gür, H., ve Ercan, İ. (2005). Sabahçıl-Akşamcıl Anketi Türkçe uyarlamasında güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 40-45.
- Rahimizadeh, M., Arabnarmi, B., Mizany, M., ve Shahbazi, M. (2011). Determining the difference of aggression in Male & Female, athlete and non-athlete students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 2264-2267.
- Randler, C. (2008). Morningness-eveningness, sleep-wake variables and big five personality factors. *Personality and Individual Differences*, 45(2), 191-196.
- Roden, L, Rudner T., ve Rae D. 2017. Impact of chronotype on athletic performance: current perspectives. *Chrono Physiol Ther*. 7:1-6.
- Ryu, H., Joo, E. Y., Choi, S. J., ve Suh, S. (2018). Validation of the Munich ChronoType Questionnaire in Korean older adults. *Psychiatry investigation*, 15(8), 775.
- Sasaki, T. (2006). The meaning and role of budo (martial arts) in school education in Japan. *Archives of Budo*. 2, 11-14.
- Sato, S. (2013). The sportification of judo: global convergence and evolution. *Journal of Global History*, 8(2), 299-317.
- Sezen-Balçıkanlı, G. (2010). Çok boyutlu sportmenlik yönelimi ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(1), 1-10.
- Shields, D. L., LaVoi N. M., Bredemeier B. L., ve Power F. C. (2007). Predictors of poor sportspersonship in youth sports: Personal attitudes and social influences. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 29(6), 747-762.
- Shrout, M. R., Voelker, D. K., Munro, G. D., ve Kubitz, K. A. (2017). Associations between sport participation, goal and sportspersonship orientations, and moral reasoning. *Ethics & Behavior*, 27(6), 502-518.
- Stornes, T., ve Ommundsen, Y. (2004). Achievement goals, motivational climate and sports personship: a study of young handball players. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 48(2), 205-221.
- Summa, K. C., ve Turek, F. W. (2014). Chronobiology and obesity: Interactions between circadian rhythms and energy regulation. *Advances in nutrition*, 5(3), 312-319.
- Sülün, F., Susuz, Y. E., Varol, Y. K., ve Çolakoğlu, F. F. (2021). Judo antrenörlerinin sportmenlik yönelimleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 285-300.
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (Sixth edition). United States: Pearson Education.

- Toktaş, N., Erdem, K. A., ve Yetik, O. (2018). Erkek üniversite öğrencilerinin kronotipe göre sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve fiziksel aktivite düzeyleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 507-520.
- Tonetti, L., Fabbri, M., ve Natale, V. (2009). Relationship between circadian typology and big five personality domains. *Chronobiology international*, 26(2), 337-347.
- Tsai, E., ve Fung L. (2005). Sportspersonship in youth basketball and volleyball players. *Athletic Insight*. 7(2), 37-46.
- Usal, A. (2022). Genç sporcularda antrenör liderlik stiline Sportmenlik yönelimini belirlemedeki rolünün incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Vallerand, R. J., Deshaies, P., ve Cuerrier, J. P. (1997b). On the effects of the social context on behavioral intentions of sportsmanship. *International Journal of Sport Psychology*, 28, 126–140.
- Vitale, J. A., Roveda, E., Montaruli, A., Galasso, L., Weydahl, A., Caumo, A., ve Carandente, F. (2015). Chronotype influences activity circadian rhythm and sleep: differences in sleep quality between weekdays and weekend. *Chronobiology International*, 32(3), 405-415.
- Yalçın, Y. G., Tek T., ve Çetin M. Ç. (2020). Amatör olarak spor yapan üniversite öğrencilerinin sportmenlik yönelimlerinin incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 29-34.