

PAPER DETAILS

TITLE: KARA HARP OKULU GÜRES TAKIMINDA YER ALAN TÜRK VE AZERİ ÖĞRENCİLERİN
BAZI FİZİKSEL ÖZELLİKLERİNİN KARSILASTIRILMASI

AUTHORS: Kemal FILİZ

PAGES: 0-0

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/55237>



17. OLYMPIC REVIEW: Atlanta Competition Sites Approved by the session. IOC, Lausanne.s.316,s.94.April 1994

18. LENZ, J.: Sponsors of the Olympic Games, IOC Television Workshop, Lausanne.s.141.April 1987

KARA HARP OKULU GÜREŞ TA TÜRK VE AZERİ ÖĞRENCİLERİN ÖLÇÜMLERİNİN KARŞI

ÖZET

Güreş takımındaki Türk ve Azeri öğrencileri karşılaştırılmış, 1.grubu oluşturan Türk öğrencilerin yaş ortalaması $X=19,8 \pm 1,32$ yıl, boy $X=169,53 \pm 3,54$ cm, kilo $X=70,33 \pm 3,54$ kg. dir. 2. grubu olan Azeri öğrencilerin yaş ortalaması $X=19,8 \pm 1,32$ yıl, boy $X=170,33 \pm 7$ cm, kilo $X=70,33 \pm 3,54$ kg. dir. Grup güreşçinin yaş, boy kilo ve vücut ölçümleri arasında $p > 0,05$ olduğundan manidar farklılık yoktur. Sol pençe kuvveti, esneklik, dik sıçrama, squat testleri karşılaştırılmış, yüzdelik 50 ve 75'te olduğu halde ilişkiler anlamlı çıkmamıştır.

Kara Harp Okulunda okuyan ve subay olacak her iki ülke öğrencilerinin vücut ölçümleri karşılaştırılmış, anlamlı olmadığı görülmüştür.

1. GİRİŞ

Geleneksel Türk ordu yapısının temeli sayılan Yeniçeri Ocağının 1826 yılında kaldırılmasından sonra yerine kurulan yeni orduya emir-komuta edecek piyade süvari subayları yetiştirmek için devrin Padişahı II.Mahmut'un fermanıyla 1834 yılında İstanbul'da Mekteb-i Harbiye kurulur. İlk mezunlarını 1841 yılında verir. 1920 yılında İstanbul'un işgal edilmesiyle okul Ankara'daki Abidin Paşa malikhanesine taşınır. Lozan Antlaşması ile de Harp Okulu yeniden İstanbul'a taşınır. Burada 1926 yılının Eylülüne kadar eğitimin sürdürür. Bu tarihten itibaren Ankara'da yapılan okul inşaatı tamamlanmasıyla taşınır. Daha önceleri, okul 2 veya 3 yıllık eğitim yaparken, 1974 yılından itibaren 4 yıllığa çıkarılır.

Halen modern eğitim sistemi içinde öğrenimini sürdüren Kara Harp Okulu, 1994 yılından itibaren sistem mühendisliği kurulmasıyla Piyade, Topçu, Tankçı, İstihdam, Muhabere, Jandarma, Levazım, Personel, Ordonatım, Maliye, Harita ve Kara Havacılık olmak üzere 12 ayrı sınıfta eğitime devam etmektedir. Bu sınıflara ayrılmış eğitimin 3.yılın sonunda olmakta, son yıllan seçtikleri alanlarda öğrenim görürler.

Türk Cumhuriyetlerinin bağımsızlığına kavuştuktan sonra kendi ülke sınırlarını korumak ve ülke güvenliğini sağlamak için 1991 yılında Türk devletleriyle yapılan bir protokol sonucunda 1992 yılından itibaren Kara Harp Okulu bünyesinde Kazakistan, Türkmenistan, Azerbaycan, Arnavutluk ve Kırgızistan ordusuna Subay yetiştirmek üzere öğrenci kabul edilmiştir. Her yıl gelen öğrenci sayısı değişiklik göstermesine rağmen bu güne kadar çeşitli sınıflardan 900 civarında öğrenciyi mezun etmiş ve kendi ülkelerine gönderilmiştir.

Güreş, sikletler esasına dayanan bir spordur. Modern güreş, serbest ve grekoromen olmak üzere iki stilde yapılır. Yaş gruplarına göre değişiklik gösterir, büyüklerde 48 kg'dan başlar, 130 kg'a kadar 8 siklettir.

Güreş, karşılıklı iki kişi arasında, belirli kurallar içerisinde göğüs göğüse mücadele gerektiren bir spordur. Güce, kuvvete, tekniğe ve pratik zekaya dayanır." Güreş esnasında rakibi itme,

çekme, kaldırma, fırlatma, tutma ve tutulma vardır. Güç, bir dirence karşı kuvvetle karşı

İnsan kuvvetlerini ölçmek için Fransız Antropologlar, kuvveti ölçme yöntemleri geliştirmişlerdir. ' 1873 yılında Yale'de T. W. Woodworth vücutun tüm extremitelerini kuvvetlendirmek için araştırmalar yapmış ve amaçlamıştır. Bunun için çeşitli testler yapmış ve kuvvetini dinamometre ile, sağ-sol parmak ve akciğer kapasitesini spirometyle, kas kuvvetini çekmeyle ölçmüştür.

Kellogg • ve Martin 'ndeki katkıları olmuştur. Kellogg, 10 yıllık bir deney grubunu test edebilecek üniversal dinamiği geliştirmiş ve Ayrıca egzersizin tedavi amaçlı kullanılması ve egzersiz türlerinin, kasın büyümesini gerektirdiği hipotezini ortaya atmıştır. Sea zaman güçlü, güçlü bir adamında her bir kasın sahip olamayacağını savunmuştur. Sea araştırmalar sonucunda, vücut ve kas gücü insan gücü ve kapasitesi hakkında önemli bulgular olamayacağını anlamışlardır. 1905 yılında kas kapasiteleri, düşünülmeden kuvvet testleri, 20 yüzyılın ilk yarısına terk edilmiştir.

Rogers²⁵ 1925 yılında kendi geliştirdiği yeni bir testten yeniden uygulamaya geçirdi. Sargent'in testini tekrar ele alarak, Fiziksel Uygunluk İndeksini (SI) buldu. Kuvvet indeksi, ağırlık ve ele «76 korelasyon uygun bulunmuştur. arasındaki farkı görmek için, testleri koymuştur.³⁴ Daha sonra Chamberlain arasındaki ilişkiyi araştırmak için, Carver üzerinde denediler. «60 güvenilirlikle» •80'e yakın bir sonuç bulmuşlardır. Bu sonuç ortaya çıkmıştır.

Testler geniş kullanım alanını bulmuş ve yaygın olarak kullanılmaktadır. Tanınmış

kapasitesini, organik koordinasyonunu, fiziksel yapısını, duyucu ve sezici uygunluğunu, becerilerini direkt yada dolaylı yünden ölçme ve değerlendirmede kullanılan metotlara denir.⁸ Sporcunun tanımında belirtilen özellikler hakkında bilgi veren ve bunları ortaya koyan sistemdir.

Araştırmanın amacı, Kara Harp Okulunda okuyan Türk ve Azeri güreşçilerin, fiziksel kapasite ve vücut yapısı arasındaki fark ortaya koymaktır.

2. MATERYAL VE METOT

Araştırmaya, farklı sikletlerden 15 Türk, 15 Azeri güreşçi olmak üzere 30 denek gönüllü olarak katılmıştır.

Boy ölçümü, 0,01 m,7 sapma gösteren metal ölçüm aletiyle, kilo ölçümü, 0,01 kg hata paylı, Holtein marka tartı aletiyle alınmıştır.

Vücut yağ ölçümü, çevre ölçüm (circum terences) metoduyla üç ayrı yerden mezro ile ölçüldü. Pençe kuvveti, 0,90 güvenilirliğe sahip handgrip³¹ ile dik sıçrama, duvara raptedilen ölçüm sehпасına bir adım geriden hız alarak çift el ve ayakla 3 defa sıçrama sonucunda en yüksek olanı alındı.

Esneklik otur-uzan (sitondric) ölçüm sehпасına oturmuş vaziyette dizler dik bitişik ve dayalı olarak, çift elle 3 denemeden sonra en uzun nokta alındı. 12 dk koşu (cooper) testi, 400 m lik KHO sahasında gerçekleştirildi.

Sırt kaslarının kuvvetini ölçmek için, sırt dinamometreyi vücut pozisyonuna göre ayarlanarak kurallara uygun ölçüldü. Göğüs kuvvetini ölçmek için, KHO kondüsyon salonunda kurulmuş halter set ile kilo artırarak yapıldı. Tam squat ölçümü, KHO'deki halter salonunda kilo artırma yöntemiyle halteri omuzladıktan sonra vücut dik, tam çökerek kalkması istendi.

İstatistik olarak, aritmetik ortalama (X), %'lik fark, T. Değeri, standart sapması (SD), standart hatası ile iki grup arasındaki fark 0,01 ve 0,05'e göre anlamlı olup olmadığına bakıldı.

3. BULGULAR

Tablo 1: Araştırmaya Karakteristikleri

Değişkeni er	Grup No	N	X
Yaş	1	15	19,8
	2	15	18,53
Boy	1	15	169,53
	2	15	170,33
Kilo	1	15	65,26
	2	15	63,66
VYY	1	15	13,67
	2	15	12,95

*P<0,01, *<0,05

1. Grup Türk Güreşçiler (T.G)

2. Grup Azeri Güreşçiler

Tablo 1 'de araştırmaya konu ve vücut yağ % lerinde aritmetik orta testinde T.değeri istatistiki anlamda Ö

Tablo 2. Gruplara ait pençe k

Değişkeni er	Grup No	N	X
Sağ Pençe	1	15	39,15

kuvveti	2	15	41,3	5,61	1,00	0,45 3	2,36
Sol Pençe kuvveti	1	15	38,9	5,60	-1,00	0,47 0	-2,57
	2	15	39,9	6,04	1,60	0,64 4	8,11

** P< 0,01, *P< 0,05

Tablo 2'de de görüldüğü gibi grupların sağ ve sol pençe kuvveti ortalamaları arasındaki fark istatistiki açıdan önemli bulunmamıştır. Gruplar arasındaki %'lik değişimde ise en yüksek fark 1.grup sağ pençe ile 2.grup sağ pençe kuvveti arasında %-5,49 luk bir fark olarak görülmüştür.

Tablo 3. Araştırmaya katılan grupların 12' koşu, dik sıçrama ve esneklik test sonuçlarının karşılaştırılması.

Değişkenler	Grup No	N	X	SD	X ₁ -X ₂	T.değ	%lik fark
12' koşu (cm)	1	15	2855,00	149,93	-11,00	0,196	0,385
	2	15	2866,00	161,72	129,41	2,512	-4,320
Durarak Dik sıçrama (cm)	1	15	41,3	5,30	2,00	1,044	4,842
	2	15	39,3	5,19	5,00	22,244	12,288
Esneklik (cm)	1	15	29,96	4,04	-0,84	0,414	1,38
	2	15	30,80	7,26	5,10	1,857	14,24

*P<0,01, *P<0,05

Tablo 3'te 12'lik koşu duran ortalamalar arasındaki farka ait anlamda manidar bulunmamıştır.

Tablo.4 Gruplara ait, sırt, göğüs, squat ve esneklik test sonuçları

Değişkenler	Grup No	N	X
Sırt (kg)	1	15	151,9
	2	15	166,03
Göğüs (kg)	1	15	100,33
	2	15	109,66
Squat (kg)	1	15	86,66
	2	15	77,33

Tablo'da da görüldüğü gibi sonuçları karşılaştırıldığında P < 0,05 bulunmamıştır.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada, her iki gruba ait test sonuçları (VYY) değerler, birbirine karşılaştırılmıştır.

Güreşçilerin sıkletleri, genelde 60-70 kg arasında değişmektedir. Örneğin, büyükler sıkletlerinde artış olduğu gözlenmiştir, normal karşılanmıştır. Ayrıca Fox yapılan egzersiz süresi arasında, bulunmuşlardır.

1.grubun (T.G) VYY'si X= 12,95 ± 3,280 dir. (Tablo: 3)

arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Güreşçilerin VYY Meri üzerinde yapılan araştırmalarda Hellickson¹⁶ %7,6 Flecek¹¹ gençlerde %7,9, büyüklerde %8,7 Sharatt²⁹ %8,2 Scott²⁷ %9,45 ve % 9,81 Hursh⁴ %7-10, Filiz⁷ % 11,91 $\pm$ 7,95 ve 11,97 $\pm$ 6,5 olarak bulunmuşlardır. Bu sonuçlarla karşılaştırıldığında her iki grubunu VYY yüksek sulunmuş, medeni elit sporcular olmamasına bağlanabilir.

Güreşte esnekliğin önemli, bir yeri vardır. Esneklik, vücudun %47'si eklem, %41 kasa, %10 tendona ve %2'si deri yapısına bağlıdır.⁶ Normal esneme -15+15 cm arasında , ortalama esneme 2,5 cm, ideal esneme 2,5 ile 12,5 cm arasında kabul edilmektedir. T.G'nin esneklik $X=29,96\pm4,04$ cm. A.G'nin $X=30,8\pm7,26$ cm dir. (Tablo:3) Yapılan esneklik araştırmalarda, Dönmez, güreşçiler üzerinde yaptığı ölçümlerde 1.grubun hafif siklet $X=29,75\pm2,38$ cm, orta siklet $X=32,0\pm3,09$ cm, ağır siklet $X=27,0\pm2,45$ cm, 2.grubun hafif siklet $X=29,0\pm6,4$ cm, orta siklet $X=33,33\pm4,99$ cm, ağır siklet $X=27,76\pm7,59$ cm bulunmuştur. Her iki grubuna esneklik sonuçları çok yakın çıkmıştır. Sharratt²⁹ ve 49 Kanadalı güreşçinin esneklik $X=15,3$ cm bulunmuştur.

Sağ ve sol pençe kuvveti farkları 1,00 ve 1,60 % lük değişim değerleri, 2,26 ve 3,85 bulunmasına rağmen iki grubun sonuçları anlamlı çıkarmamıştır. (Tablo:2) Fleishman , pençe kuvvetinin 12-18 yaş arasında geliştirme gösterdiğini, 20-30 yaş arasında en üst seviyeye çıktığını, 10-65 yaş arasında ise düştüğünü bulunmuştur. İki grubun sonuçları anlamlı çıkmamıştır. Araştırmalarda, Mathews²¹ California Üniversitesinde okuyan 300 erkek öğrenci üzerinde yaptığı araştırma sonuçları şöyle 52,210 - 63,560 kg ve yukarısı iyi, 43,130 - 51,756 kg'arası orta, 29,510 - 43,120 kg arası zayıf olarak nitelendirmektedir. Bu gruplamaya göre güreşçilerin pençe kuvvetleri zayıf ortalamada kalmaktadır. (Tablo:2)

Freischlog¹³ 104 güreşçinin pençe kuvveti ortalamasını Kasım ayında $X=30,72$ kg, Şubat ayında ise $X=42,27$ kg, Scott²⁷, Dünya kupasına katılan 8 amerikan güreşçisinin pençe kuvveti

50,38 ile 48,75 kg arasında bulunmuş düşük olduğunu söyleyebiliriz.

Dik sıçrama testi sonucu T.G nin $X=39,3\pm5,19$ cm dir. (Tablo: 3) İki test arasında farklılık ölçmektedir. Bu da 30-40 sn gibi kısa bir sürede çabuk hareket edebilmeyi gerektiren güreşte, %50-60 önem taşıdığını söyler. Güreşçinin gücümü 7,4 w/kg, 8,6 w/kg. ve 7,47 w/kg. Kılıç⁴, 14-16 yaş grubu güreşçilerin kontrol grubunda $41,44\pm5,03$ cm olarak

Sırt kas kuvveti testi karşılaştırıldığında T.G $X=166,03\pm32,52$ kg bulunmuştur. A.G $X=14,13$ ve %lük değeri 8 çıktığı halde Gögüs pressisi testinde, T.G $X=109,66\pm20,20$ kg ölçülmüş $P<0,05$ bulunmamıştır. Tam squat testi ise T.G $X=77,33$ X 11,23 kg, aritmetik ortalaması % lik değeri 11 çıktığı halde anlamlı ilişki

Sonuç olarak harp okulunda okuyan Azeri güreşçilerin test sonuçları birbirinden farklı öğrenim sürelerince geçmeleri belki bu sonuçları düşündürülebilir. $P < 0,05$ seviyesinde anlamlı

KAYNAKLAR

- AMAR, J.; The Human Motor. Co., 1920.
- CHAMBERLAIN, C.G., SMİLE and the physical Fitness Index, March, 1931.

CLARKE, H., and BONESTEEL, H., A.; Equalizing the Abilities of Intramural Teams in a small High School, Supplement to search Quart, pp: 193-196, March, 1935.

DÖNMEZ, B., MTA ve Şekerspor Serbest Talam Güreşçilerinin Seçilmiş Bazı Fizyolojik Özelliklerinin Ölçümü ve Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üni. SBE. BES, ABD., N:27,29,1989, Ankara

DU BOIS; Equating Opponents in Junior High School Activities, Supplement to Research Quart., pp:200-226, March, 1935.

FİLİZ, K.; Sporda Ölçme ve Değerlendirme, Basılmamış kitap, sh:7, Ankara, 1989.

FİLİZ, K., Gönül, B., Erbaş, S.; "Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde Okuyan Serbest ve Grekoromen Güreşçilerinin Vücut Ağırlık Merkezleri ile Vücut Yağ Oranlarının Karşılaştırılması", Spor Hekimliği Dergisi, cilt:25, sayı:4, Aralık 1990, İzmir.

FİLİZ, K.; "Güreşçilerde Müsabaka Sonrası Laktik Asit Seviyeleri" Atatürk Üni., Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, cilt.2, sayı:1, sh: 12, Erzurum, 2000.

FİLİZ, K., "Güreşçilerde Maksimal Yükleme Sonrası, Laktik Asit Seviyeleri, Atatürk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, cilt 2, sayı:1, sh:12, Erzurum, 2000.

FILA Uluslararası Güreş Kuralları, Türkiye Güreş Federasyonu Yayını, sh:15, Ankara, 1999.

FLECK J.S.; "Body Composition of Elite American Athletes", The American Journal of Sports Medicine,, 11(6), pp: 398-402, 1993.

FLEISHMAN, E.A.; The structure and measurement of Physical Fitness, Prentice-Hall, Inc., Englewood.

FOX, E.L., Bowers, R.W., Fo Basis of Physical Education and Health, 1988, New York, 1988,

FRANZEN, R.; Physical Nutrition, School Health Research, 1988, New York, American Child Health Association

FREISCHLOG, J.; Weight and Health of High School Wrestlers, Journal of Sports Medicine, vol:12, pp: 121-124, 1989.

HELLICKSON, R.D.; An evaluation of the capacity and percent body fat of high school wrestling class. Wrestlers, Unpub. M.S. Thesis, University of Wisconsin, 1977.

HERNLUND, V.F.; The Selection of Wrestlers, Measuring Y.M.C. A.Secretary's Report, Quart. pp:235-241, March. 1935.

HURSH, L.; Food and Water Intake, JAMA, vol:241, 915-916. 1979.

JOHNSON, G.O., CİSAR, Principles for High School Wrestling, Sport Medicine, vol: 15,1, p: 159, 1988.

KELLOGG, J.H.; The Measurement of Physical Department of the Battle Creek Hospital, Michigan, 1910.

KELLOGG, J.H.: The Value of Physical Education Prescription of Exercise. Modern Physical Education, 1896.

KILIÇ, R.; Dairesel Çabuk Kurum ve Kurum Grubu Erkek Güreşçilerin Bazı Fiziksel Özellikleri, Yüksek Lisans Tezi, G.Ü.S.B. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, 1993.