

HAYAT BOYU HAREKETLİLİK İLKESİ BAĞLAMINDA SPORTİF GENÇLİK Projesi

POLİTİKA BELGESİ

GİRİŞ

Bu politika belgesi 'Hayat Boyu Hareketlilik İlkesi Bağlamında Sportif Gençlik' projesi kapsamında hazırlanmıştır. Bu proje Kepenk Spor Kulübü Derneği koordinatörlüğünde, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi ve Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi ortaklığı ile, Avrupa Birliği Erasmus+ programı kapsamında, Türkiye Ulusal Ajansının destekleriyle gerçekleştirilmiştir. Politika belgesindeki sorunlar ve çözüm önerileri projeye katılan kişiler tarafından hazırlanmış ve Kepenk Spor tarafından düzenlenmiştir. Politika belgesi 17.07.2023 tarihinde düzenlenen zirve programında sunulmuştur. Bu proje Erasmus+ Programı kapsamında Avrupa Komisyonu tarafından desteklenmektedir. Burada yer alan içerik yazarın görüşlerini yansıtmaktadır ve bu görüşlerden Avrupa Komisyonu ve Türkiye Ulusal Ajansı sorumlu tutulamaz.

PROJE HAKKINDA

Kısa adıyla Sportif gençlik projemiz toplam 3 ayrı programdan oluşmaktadır. 1. Program 6-7-8.06.2022, 2. Program 26-27-28.10.2022, 3. Program 15-16-17.07.2023 tarihlerinde 3 gün süren faaliyetler düzenlenmiştir. Her programda otuz yaş altı ve bayan olan 30 kişilik katılımcılar ile yapılmıştır. Katılımcıların çoğunluğu proje ortağımız olan HBV ve ASBÜ üniversitelerinden seçilmiştir. Programların 1. gününde toplantı ve kaynaşma etkinlikleri yapıldı; toplantılarda gençlerin sporla ilgili görüşleri alındı, takımlar kurularak araştırmalar yapıldı, anket çalışmaları gerçekleştirildi, proje ve Erasmus programı tanıtıldı. 2. Gününde sporla ilgili kurum ziyaretleri, milli sporcuların katıldığı paneller, Gençlik ve Spor Bakanlığı yetkililerinin bilgilendirme toplantıları yapıldı. Programın 3. ve son gününde Ankara'nın tarihi ve doğal yerleri, parkları gezildi, doğa yürüyüşü, bisiklet sürme, voleybol oynama, piknik gibi faaliyetler yapıldı.

Proje Numarası: 2021-1-TR01-KA154-YOU-000011527



GENEL SORUNLAR

- Profesyonel sahaların yetersiz ve merkezden uzak olması ulaşılabilirlik ve erişim açısından engel teşkil etmektedir.
- Sponsor yetersizliği, sponsor bulma sorunu sporun ve sporcunun gelişimini engellemektedir.
- Okullardaki spor branşlarının yetersizliği, öğrencilerin spor yapma olanaklarını kısıtlamaktadır.
- Popüler olmayan spor dallarının televizyon ve sosyal medyada yeterince tanıtılmaması, haberlerinin az yapılması bu spor dallarının gelişimini sınırlamaktadır.
- Federasyonlarda meydana gelen liyakatsizlikler, sporcuların motivasyon kaybına sebep olmakta ve adalet duygusunu zedelemektedir.
- Beden eğitimi derslerinin okul yönetimleri, öğretmenler, öğrenciler ve veliler tarafından yeterince ciddiye alınmaması, öğrencilerin sporu boş vakit harcama ve oyun gibi görmelerine sebep olmaktadır.
- Okullardaki yetersiz spor ekipmanları, öğrencilerin spor yapma imkânlarını sınırlandırmakta ve belki de başarılı olacakları spor dallarını keşfetmelerini engellemektedir.
- Spor psikolojisi alanında danışmanlık hizmetlerinin yetersiz olması, sporcuların mental sağlıklarını desteklemekte zorluk yaşamasına neden olmaktadır.
- Öğrencilerin ve velilerin spor dalları, spor merkezleri ve spor imkânları hakkında yeterli bilgiye sahip olmaması, spor yapma oranlarını düşürmektedir.
- Spor başarılarının eğitim ve kariyerlerine kayda değer katkısının olmaması, sporcuların motivasyonunu düşürmekte ve gelecek kaygılarını artırmaktadır, spor yapan öğrencilere başarıları oranında ek not verilmesi teşvik edici olacaktır.
- Yapılan sporla ilgili gerekli sağlık kontrollerinin yetersiz olması, sporcuların sağlık durumunu izleme ve önleyici tedbirler alınmasında sınırlılık oluşturmaktadır.
- Seyirci zorbalığının engellenememesi, spor etkinliklerinde güvenliği ve huzur ortamını olumsuz etkilemektedir.
- Sporun fiziksel ve zihinsel sağlığa faydalarının doğrudan aktarılamaması ve yeterince farkındalık oluşturulamaması sporun öneminin kavranamamasına sebep olmaktadır.
- Spor ekipmanlarının ve aktivitelerinin ülkemizde pahalı olması nedeniyle, orta ve düşük seviyede gelir sahibi olan ailelerin spor yapma imkânlarını sınırlamakta, spor etkinliklerine katılımlarını güçleştirmektedir.

KADIN SPORCULARIN SORUNLARI

- Kadınların spor kıyafetlerinin toplum tarafından eleştirisi konusu olması.
- Hamilelik ve çocuk sahibi olma durumlarında kadınların spor yapma konusunda yeterince desteklenmemesi.
- Kadın sporcuların fiziksel özelliklerinden dolayı alay konusu olması.
- Kadın sporcuların yöneticiler tarafından mobbinge, cinsel istismara ve saldırıya maruz kalması.
- Kırsal bölgelerde yaşayan kadınların spor yapma imkânlarının sınırlı olması ve ailelerin spor hakkında yetersiz bilgilerinden kaynaklı önyargılarının olması.
- Spor alanlarında yeterli güvenlik önlemlerinin olmaması, sporcuları ve ailelerini tedirgin etmektedir.
- Spor kıyafetlerinde çeşitliliğin az olması. Örneğin; tesettürlü kadınlara yönelik kıyafetlerin bulunmaması, spor yapmalarını güçleştirmektedir.
- Kadın sporculara karşı kullanılan cinsiyetçi spor dili. Kız gibi topa vurma, sen kızsın yapamazsın, kızlar güçlü olamaz vb. cinsiyetçi cümleler kadınları spordan uzaklaştırmakta ve motivasyonunu düşürmektedir.

ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

- Spora ve sporcuya yönelik algının olumlu yönde değişmesi ve halkın bilinçlendirilmesi için çalışmalar yapılmalıdır.
- Kamuoyuna sporun sadece bir hobi olmadığı, aynı zamanda profesyonel bir kariyer fırsatı olduğu anlatılmalı ve eğitimler düzenlenmelidir.
- Spor salonları ve halka açık alanlarda spor hakkında bilgilendirici broşür, afişler ve reklamlar yayımlanmalıdır.
- Spor merkezlerine erişim ve ulaşılabilirlik artırılmalıdır, ücretsiz servis imkânı sağlanmalı.
- Kentsel ve kırsal alanların tümünde spor imkânlarının artırılması için ücretsiz spor alanları ve spor etkinlikleri oluşturulmalıdır.
- Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı Gençlik Merkezleri, belediyelerin spor birimleriyle iş birliği yapmalı ve yapılan etkinliklerden halkın haberdar olması sağlanmalıdır.
- Okullardaki beden eğitimi derslerinde öğrencilere çeşitli spor dallarıyla tanışma fırsatı sunulmalı ve spor dalları tanıtılmalıdır.
- Spor öğretmenlerinin, antrenörlerinin, sporda kadın erkek eşitliği, öğrencilere yaklaşım ve çeşitli spor dalları konularında bilgileri artırılmalı, okullar arası spor turnuvaları çoğaltılmalı.
- Spor liselerinin sayıları artırılmalı ve spor liseleri hakkında daha fazla bilgilendirme çalışmaları yapılmalı; öğretmenler ve aileler tarafından öğrencilerin spor liselerini tercih etmesi teşvik edilmeli ve desteklenmelidir.
- Profesyonel sporcular düzenli olarak okullara davet edilerek öğrenciler ve sporcular arasında etkileşim sağlanmalıdır.
- Gençlere sporun önemi hakkında eğitimler verilerek, spor festivalleri, paneller ve söyleşiler düzenlenerek farklı spor dalları tanıtılmalı; gençler, ilgi ve yeteneklerine uygun spor dallarına yönlendirilmelidir.
- Okullardaki beden eğitimi alanlarının spor ekipmanları ile zenginleştirilmesi veya eksik olan spor alanlarının oluşturulması sağlanmalıdır.
- Sporcuların inanç yaşamlarına uygun kıyafetlerin tasarlanması ve çeşitliliğin artırılması sağlanmalıdır.
- 19 Mayıs Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı başta olmak üzere, milli bayramlarda spora yönelik faaliyetler artırılmalıdır.
- İstatistiklere dayanarak sporun sağlık üzerindeki etkileri vurgulanmalı, önleyici tedavi uygulamalarına sporun dahil edilmesi teşvik edilmeli, sağlık faydalarının topluma anlatılması için medya ve bilgilendirme kampanyaları düzenlenmeli, spor yapma alışkanlığını teşvik etmek için motivasyon artırıcı etkinlikler, ödüllendirme programları geliştirilmelidir.
- Kış ve yazı mevsimlerinin uzun sürdüğü bölgelerimizde kış ve yaz sporlarına yönelik eğitimler artırılmalı, bölgelerin koşullarına göre spor eğitimleri verilmeli.
- Taciz ve şiddet olaylarının önlenmesi için güvenlik önlemleri ve cezalar artırılmalı.

İSTATİSTİKLER

Yıllara göre Uluslararası faaliyetlerde kazanılan madalya sayıları 2002 - 2022 istatistiklerine bakıldığında yaz ve kış sporları turnuvalarında çok düşük seviyede madalya alındığı gözükmektedir. Bu alanlarda daha fazla madalya kazanmak için, kış sporları alanında kışın uzun sürdüğü bol yağış alan şehirlerimizde özel uygulamaların yapılması ve bu alana özel sporcuların yetiştirilmesi, yaz sporları içinde sahil şehirlerimizde aynı politikanın uygulanması ülkemize ve sporcularımıza başarı kazandıracaktır.

Gençlik ve Spor Bakanlığının 2002 - 2022 Antrenör ve sporcu istatistiklerine bakıldığında sporcularda büyükşehirde % 60 erkek - %40 bayan, küçük şehirlerde %75 erkek - % 25 bayan sporcu gözükmekte, fakat antrenör olarak %80 erkek - %20 bayan antrenör gözükmektedir. Bayan sporcuların yetişmesinde bayan antrenör sayısının çok olması olumlu bir etki olacaktır, ayrıca antrenör sayısının dalgalı bir yükseliş seyrettiği gözükmekte, bu durumun araştırılması gerekmektedir.

TÜİK verilerine bakıldığında 2022 yılınca gençlerin nüfusa oranı %15 olmuştur, bu oranın 2030'da %14 2060'da %13 olacağı ön görülmekte ve son 20 yılın verileri kıyaslamasında genç nüfusun azaldığı istatistiklerde görülmektedir. Bu nedenle projemizin adındaki gibi hayat boyu sporun önemi her yaştan kişiye anlatılmalı, teşvik edilmelidir. Her yaşa özel, kişilerin yapabilecekleri sporlar tanıtılmalıdır.

Sağlık Bakanlığı istatistiklerine göre ülkemizde ölüm oranında en yüksek oranla %36 ile 'dolaşım sistemi hastalıkları' neden olmaktadır, bu hastalıklar kalp, damar sorunları nedeniyle olmakta ve düzenli basit sporlar ile önlenmektedir. Spor yapmaya üşenen, alışkanlık edinmemiş insanımıza bu gibi örnekler anlatılarak, basit ve az da olsa spor yapmaları sağlanmalıdır. Spor ile önleyici tedavi uygulamaları risk gruplarında uygulanmalı, spor aynı zamanda bir ilaç ve tedavi olarak görülmelidir.

Uluslararası Tıp Dergisi Lancet raporuna göre, sigara tüketiminde dünya sıralamasında ilk sıralarda yer alıyoruz, yıllara göre bakıldığında bazı yıllar düşük olsa da genel bir yükselme mevcut, 2021 verilerine göre nüfusun %38'i sigara kullanıyor. Bağımlılıkların en etkin önleyicisi spordur, sporcularda alkol, tütün ve uyuşturucu kullanımı sporcu olmayanlara kıyasla çok düşük orandadır, bağımlılıkla ilgili çalışmalarında spora daha fazla yer verilmelidir.

Obezite konusundaki araştırmalarda bazı yıllar 1-2 puan düşüş olsa da yavaş bir yükseliş gözlenmektedir, 2022 yılında ülkemizde %20 oranında kişi obez olarak nitelenmektedir. Obezitenin birçok hastalığa sebep olduğu ve yaşam kalitesini düşürdüğü malumdur, bu sorunun çözümünde yine en önemli çözüm spordur.

Ayrıca günümüzde etno spor sadece spor değil, kültür taşıyıcısı konumuna gelmiş ve yaygınlaşmaktadır, dizi ve filmler sayesinde insanların bu konuda daha hevesli oldukları görülmektedir, bu durum iyi değerlendirilmeli, etno spora daha fazla ağırlık verilmelidir.

Spor yapmak beyindeki hipokampus ve ön beyin kapasitesini artırıyor ve daha uzun süreli dikkat yeteneği kazandırıyor. Aynı zamanda alzheimer gibi yaşlılığa bağlı ilerleyici hastalıkların oluşumunu geciktiriyor. Günümüzde anti depresan kullanımları çok yüksek miktarda artmıştır. Bu tip mental faydalar ön plana çıkarılmalı, sporun sadece bedensel değil akıl sağlığı içinde gerekli olduğu vurgulanmalıdır.

2023 yılında bakanlıklara ayrılan bütçelere bakıldığında 66 milyarlık bütçe ile spor bakanlığı 32 kurum içerisinde 13. Sırada yani ortalarda yer almaktadır. Savunma, eğitim, alt yapı, maliye alanlarında birçok kurumun bütçesi daha fazladır, bu konularda önemlidir ama sağlığı zayıf veya kronik hastalıklı kişilerin ülke savunmasında veya eğitimde daha az başarılı olacakları bellidir.

SONUÇ

Genel olarak baktığımızda spor yapan kişiler; daha sağlıklı, morali yüksek, mental olarak dayanıklı olmaktadır. Sporun profesyonel kariyer dışında, hayat boyu her yaşta kişi tarafından yapılarak; sigara, alkol tüketiminin, kalp damak başta olmak üzere bedensel ve mental hastalıkların azalacağı bir gerçektir ve bu gerçek aynı zamanda ülkemize milyarlarca getiri demek. Hepsinden önemlisi gelecek nesillerimizin güvenliği açısından aile, gıda ve spor çok önem taşımaktadır. İslam dinimizde spora teşvik etmektedir, sevgili peygamberimiz yüzme, güreş, koşu, okçuluk ve binicilik sporlarını yapmış ve tavsiye etmiştir. Ayrıca günümüzde insan için spor mecburiyet olmuştur, teknolojinin gelişmesiyle insanlar daha hareketsiz bir yaşam sürmektedir. Özellikle gençlerin şiddet gibi olumsuz şekilde enerjilerini harcamaları spor ile kendilerine ve çevrelerine faydalı olarak güçlerini kullanmaları suç oranlarının da düşmesinde toplum huzurunun artmasında olumlu bir etken olacaktır. Genel mutluluğunun yükselmesi için öncelikle istihdam ve ekonomi konularında iyileştirmeler gerekse de, spor ikinci plana itilmemelidir, sporun moral motivasyon etkisi de yüksektir, bu durum en iyi milli futbol maçlarındaki başarılarla ülkemizde yaşanan sevinç ve beraberlik görüntüleridir. Hareket etmek için akşam yürüyüşe çıkan veya bir spor müsabası yapan kişiler grupla hareket etme, disiplin, yardımlaşma, dayanıklılık, sabır gibi birçok erdemi de yaşayarak öğrenmektedir. Günümüzde dijital ve fiziki birçok eğlenceli spor aktivitesi bulunmaktadır ve VR gibi dijital teknolojiler ile oyun sever kişilere de bu vesileyle hareket imkanı sağlanabilir. E-spor da giderek yaygınlaşmakta ve önem kazanmaktadır bu konuda da oyun firmalarının etkinlikleri gibi çeşitli etkinlikler yapılmalıdır. Gereken en önemli şeyler; sporun yeterince anlatılıp, teşvik edilmesi, maliyet ve imkânlar olarak daha ulaşılabilir olmasıdır. Devletimizin yaptığı yatırımları takdirle karşılıyoruz, artık her ilimizde spor merkezimiz bulunmakta, yapılan birçok proje ile gençlerimiz ücretsiz faydalanmakta, bu çalışmaların devamını diliyoruz. Milli sporcularımızın kazandığı başarılar ise bizleri sevindiriyor, Türkiye olarak sporda ilk sıralara doğru yükseliyoruz, milli sporculara Gençlik ve Spor Bakanlığı ve Milli Eğitim Bakanlığının verdiği destekleri umut verici buluyoruz. Bu politika belgesinde katılımcı gençlerimizin görüşleri ve yapılan araştırma sonucu elde edilen veriler ile eksiklerimizi tespit etmeye çalıştık. Elbette geçmişte baktığımızda ülkemizde her alanda olduğu gibi spor alanında da hızla geliştireceğiz, bu gelişmeye Kepenk Spor olarak yaptığımız bu proje ile bizlerde katkıda bulunmak istedik.

Spora yapılan yatırım, insana yatırımdır, gelecekte ülkemizin ve dünyanın hayrı için hayat boyu hareketli olmak ümidiyle...