

## Türkiye’de Kickboks Üzerine Yapılan Akademik Çalışmaların İçerik Analizi

*Content Analysis of Academic Studies on Kickboxing in Türkiye*

### ÖZET

Spor bilimleri alanında az çalışılan konuları belirlemek için yapılmış çalışmaların analizi kritik bir önem taşımaktadır. Çalışmamızın amacı, Türkiye’de Kickboks alanında 2023 yılına kadar yapılmış olan tez ve makaleleri incelemektir. Araştırmamızın Kickboks alanında çalışma yapacak araştırmacıların çalışma konusu ve yöntem belirlemede faydalı olacağı düşünülmektedir. Bu çalışmada 2010-2023 yıllarını kapsayan lisansüstü tezler ve makalelerin nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmada Yöktez, Ulakbim, Google Scholar, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Üniversite Dergilerinde yayınlanan Türkçe makaleler, “Kickboks” ve spor anahtar kelimeleri ile tarama yapılmıştır. Çalışmanın kapsamı 1 Doktora Tezi, 19 Yüksek Lisans Tezi ve 41 makale ile sınırlanmıştır. Kickboks ile ilgili yapılan akademik çalışmaların konu alanlara göre dağılımına bakıldığında en çok performans olduğu onu sağlık ve psikoloji takip etmektedir. Kickboks branşı ile ilgili yapılmış çalışmaların en çok 2023 yapıldığı görülmektedir. Kickboks konusunda yapılan nitel çalışmaların artırılması önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Kick Boks, makale, içerik analizi

### ABSTRACT

The analysis of studies conducted to identify understudied topics in the field of sports science is of critical importance. The aim of our study is to examine the theses and articles made until 2023 in the field of kickboxing in Turkey. It is thought that our research will be useful for researchers who will work in the field of kickboxing to determine the subject and method of study. In this study, graduate theses covering the years 2010-2023 and articles were carried out by using document review from qualitative research methods. In the study, Turkish articles published in Yöktez, Ulakbim, Google Scholar, Physical Education and Sports Sciences University Journals, "Kickboxing" and sports keywords were searched. The scope of the study is limited to 1 Doctoral Thesis, 19 Master's Thesis and 41 articles. When the distribution of academic studies on kickboxing according to subject areas is examined, it is followed by health and psychology where it is the most performance. It is seen that the studies on the kickboxing branch are mostly made in 2023. It is recommended to increase the qualitative studies on kickboxing.

**Keywords:** Kickboxing, Article, Content Analysis

### GİRİŞ

Kickboks, tatem ve ring üzerinde icra edilen belirli kurallar içerisinde yapılan, sırasında rakibi yenebilmek için sportif performansının en yüksek düzeyde olması gereken ve bireyi metabolik açıdan zorlayan bir branştır (Gümüştay, 2021).

Kickboks müsabakasında başarı elde edebilmek için sporcunun fiziksel ve zihinsel olarak en yüksek düzeyde olması gerekir. Kickboks, puan elde etmek için iki sporcunun belirli kurallar çerçevesinde yarıştıkları tekme, diz ve dirsek kullanımına izin verilen tam temaslı; sporcuların yaş vücut kütlesi ve cinsiyet olarak farklı kategorilere ayrıldığı savunma sporlarından biridir. Kickboks 6 branştan oluşmakta ve karşılıklı temas içermektedir (Jackson ve ark., 2021).

Diğer savunma sanatlarında olduğu gibi kickboks teknikleri, iyi bir antrenman ve zihinsel dayanıklılık içermektedir. Kickboks Müsabakasında, sporcunun antropometrik, teknik, taktik, psikolojik, fiziksel ve fizyolojik özellikleri sporcu elzemdir. Müsabık kickboksçunun hem teknik-taktik hem de fizyolojik olarak en üst seviyede olması başarıyı getirmektedir. Kickboksçular kısa süreli enerji için anaerobik metabolizma ile sağlanır. Ayrıca toparlanma süreci için aerobik metobolizma kullanılmaktadır (Kordi, 2009).

Diğer savunma sanatları gibi kickboksta uygulamaya yöneliktir. O yüzden performans gelişimi oldukça önemlidir. Teknolojinin gelişimi bilimsel çalışmaların artmasını sağlamaktadır. Özellikle spor alanında az çalışılan konuları

**Salih Kahraman**<sup>1</sup>   
**Çağlar Bulak**<sup>2</sup> 

### How to Cite This Article

Kahraman, S. & Bulak, Ç. (2023). “Türkiye’de Kickboks Üzerine Yapılan Akademik Çalışmaların İçerik Analizi” International Social Sciences Studies Journal, (e-ISSN:2587-1587) Vol:9, Issue:116; pp:8804-8807. DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/sss.72436>

Arrival: 13 August 2023  
Published: 25 October 2023

Social Sciences Studies Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

<sup>1</sup> Yüksek Lisans Öğrencisi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. ORCID: 0009000510349171

<sup>2</sup> Yüksek Lisans Öğrencisi, Kastamonu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. ORCID: 0009000984757652

belirlemek için yapılmış çalışmaların analizi kritik bir önem taşımaktadır. Çalışmamızın amacı, Türkiye’ de Kickboks alanında 2023 yılına kadar yapılmış olan tez ve makaleleri incelemektir. Araştırmamızın Kickboks alanında çalışma yapacak araştırmacıların çalışma konusu ve yöntem belirlemede faydalı olacağı düşünülmektedir.

## YÖNTEM

### Araştırmanın Deseni

Bu araştırmada 2010-2023 yıllarını kapsayan lisansüstü tezler ve makalelerin nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Dokümanlar nitel araştırmalarda önemli bir veri kaynağıdır. Araştırılması hedeflenen olgu veya olgular hakkında bilgi içeren yazılı materyallerin analizini kapsar. Nitel araştırmalarda doküman incelenmesi tek başına bir veri toplama yöntemi olabileceği gibi diğer veri toplama yöntemleri ile de birlikte kullanılabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2013).

### Araştırma Evreni

Çalışmanın evrenini Türkiyede kickboks alanında yapılmış tüm çalışmalar örneklemini ise Yöktez, Ulakbim, Google Scholar, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Üniversite Dergilerinde yayımlanan Türkçe makaleler oluşturmaktadır. Çalışmada “Kickboks” ve “Spor” anahtar kelimeleri ile tarama yapılmıştır. Kickboks Çalışmanın kapsamı 1 Doktora Tezi, 19 Yüksek Lisans Tezi ve 41 makale ile sınırlandırılmıştır.

### Verilerin analizi

Verilerin analizinde betimsel içerik analizi kullanılmıştır. Taramada belirlenen 20 Tez ve 41 makale belli ölçütler doğrultusunda çalışmaya dahil edilmiştir. Bu çalışmaların spor bilimleri alanında olması, Kickboks ile ilgili olması, Türkiyede yapılmış çalışma olması bu kriterlerdir. Çalışma yılı, Konusu, Modeli, Örneklem grubu, Veri Toplama yöntemleri, Anahtar kelimeleri, Sonuçları olarak gruplandırılmıştır.

## BULGULAR

Tablo 1. Yapılan Akademik Çalışmaların Yıllara Göre Dağılımı

Değişkenler	Makale	Tez	Frekans	Yüzde
2010	1		1	1,66
2011	1		1	1,66
2012	1		1	1,66
2013	2		2	3,33
2014	2	1	3	4,99
2015	1		1	1,66
2016	1		1	1,66
2017	1	1	2	3,33
2018	3	2	5	8,33
2019	5	3	8	13,33
2020	2	3	5	8,33
2021	5	2	7	11,66
2022	7	5	12	19,99
2023	9	6	15	24,99
Toplam	41	19	60	100

Tablo 1’de Kickboks ile ilgili yapılan çalışmaların yıllara göre dağılımı incelendiğinde; 2014 yılında 1, 2017 yılında 1, 2018 yılında 2, 2019 yılında 3, 2020 yılında 3, 2021 yılında 5, 2022 yılında 7, 2023 yılında 9 olduğu görülmektedir. Yıllara göre yapılan makalelere bakıldığında 2010 yılında 1, 2011 yılında 1, 2012 yılında 1, 2013 yılında 2, 2014 yılında 2, 2015 yılında 1, 2016 yılında 1, 2017 yılında 1, 2018 yılında 3, 2019 yılında 5, 2020 yılında 2, 2021 yılında 5, 2022 yılında 7, 2023 yılında 9 olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Yapılan Akademik Çalışmaların Konu Alanlara Göre Dağılımı

Değişkenler	Makale	Tez	Frekans	Yüzde
Fiziksel uygunluk	3	1	4	6,6
Motorik özellikler	3	1	4	6,6
Sağlık	9	4	13	21,6
Psikolojik	8	5	13	21,6
Yönetim-Liderlik	3	1	4	6,6
Fizyolojik	4	2	6	9,9
Performans	11	5	16	26,6
Toplam	41	19	60	% 100

Tablo 2 İncelendiğinde Kickboks ile ilgili yapılan çalışmaların konulara göre dağılımı incelendiğinde; Fiziksel Uygunluk 1, Motorik Özellikler 1, Sağlık 4, Psikolojik 5, Yönetimsel Liderlik 1, Fizyolojik 2, Performans 5 olduğu görülmektedir. Makale çalışmaların konulara göre dağılımı incelendiğinde; Fiziksel Uygunluk 3, Motorik Özellikler 3, Sağlık 9, Psikolojik 8, Yönetimsel Liderlik 3, Fizyolojik 4, Performans 11 olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Yapılan Akademik Çalışmaların Yöntemine Göre Dağılımı

Değişkenler	Makale	Tez	Frekans	Yüzde
Nitel	38	18	56	93,3
Nitel	3	1	4	6,7
Toplam	41	19	60	% 100

Tablo 3 İncelendiğinde Kickboks ile ilgili yapılan çalışmaların yöntemine göre dağılımı incelendiğinde; Nitel 56 (%93,3), Nitel 4 (%6,7) olduğu görülmektedir. Çalışmalarda karma yöneme rastlamamıştır.

Tablo 4. Yapılan Çalışmaların Örneklem Boyutuna Göre Dağılımı

Değişkenler	Makale	Tez	Frekans	Yüzde
20-50	12	7	19	31,6
51-70	8	2	10	16,6
71-90	6	2	8	13,3
91-110	5	1	6	9,9
111-130	4	3	7	11,6
130+	6	4	10	16,6
Toplam	41	19	60	% 100

Tablo 4 İncelendiğinde Kickboks ile ilgili yapılan çalışmaların örneklem boyutuna göre dağılımı incelendiğinde; 20-50 19 (%31,6), 51-70 10 (%16,6), 71-90 8 (%13,3), 91-110 6 (%9,9), 111-130 7 (%11,6), 130+ 10 (%16,6) olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Yapılan Akademik Çalışmaların Veri Toplama Araçlarına Göre Dağılımı

Değişkenler	Makale	Tez	Frekans	Yüzde
Ölçek	28	11	39	64,99
Performans Testi	9	7	16	26,6
Mülakat	3	1	4	6,7
Ölçek Geliştirme	1	-	1	1,6
Toplam	41	19	60	% 100

Tablo 5 İncelendiğinde Kickboks ile ilgili yapılan çalışmaların veri toplama araçlarına göre dağılımı incelendiğinde; Ölçek 39 (%64,9), performans testi 16 (%26,6), Mülakat 3 (%6,7), Ölçek geliştirme 1 (%1,6) olduğu görülmektedir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Kickboks ile ilgili yapılan çalışmaların yıllara göre dağılımı incelendiğinde; en çok çalışmanın 2023 yılında yapıldığı en az çalışmanın ise 2010, 2011, 2012, 2015, 2016 yıllarında yapıldığı ve son zamanlara artarak devam ettiği görülmektedir. Kickboks branşı ile ilgili yapılmış çalışmaların en çok 2023 yapılmış olması kickboks branşının ülkemizde son zamanlarda popüleritesinin artmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Kickboks ile ilgili Yapılan Akademik Çalışmaların Konu Alanlara Göre Dağılımına bakıldığında en çok performans olduğu onu sağlık ve psikoloji takip etmektedir. Sporcuların fiziki kaynaklarını ve sahip oldukları özel niteliklerini en doğru şekilde kullanmaları gerekmektedir. Tüm sporcularda olduğu gibi kickboksçularda da müsabaka performansı oldukça önemlidir. Kickboks branşında sportif performansın üst düzeye çıkartılmasında sporcuların kendi branşlarına yönelik olarak bilimsel ve objektif olarak değerlendirmeler yapılabilmesi açısından oldukça önemlidir (Gümüşay, 2021). Performanstan sonra en çok sağlık ve psikoloji üzerine çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Bu durumun Kickboksçuların fiziksel ve psikolojik durumlarının iyi olmasının performanslarını

artırmasını sağlaması olabilir. Kickboksçuların psikolojik düzeylerinin belirlenmesi, bu duruma alınacak tedbirler ile sporcuların sportif performanslarında, sosyal yaşamlarında ve sağlık durumunda daha verimli olmalarını sağlamaktadır (Öztürk, 2023, Gümüşay ve ark.,2023).

Yapılan Çalışmaların Örneklem Boyutuna Göre Dağılımına bakıldığında en çok çalışmanın 20-50 aralığında olduğu görülmektedir. Bu durumun çalışma grubuna ulaşımın zorluğundan kaynaklandığı söylenebilir. Örneğin kickboks milli takımındaki sporcular üzerine yapılan birçok çalışma bulunmaktadır (Öztürk, 2023; Ünlü ve Hasırcı, 2022; Aksoy ve Civelek, 2022; Alibaz ve Ark., 2006; Aytaç, 2017).

Akademik Çalışmaların Veri Toplama Araçlarına Göre Dağılımına bakıldığında en çok çalışmanın Ölçek türünde olduğu onu performans testinin takip ettiği görülmektedir.

### Öneriler

Bu çalışmada yurt içindeki çalışmalar incelenmiştir. Yapılacak çalışmalarda yurt dışında yapılan çalışmalar analiz edilebilir.

- ✓ Bu çalışma da Makale ve Tezler incelenmiştir. Yapılacak çalışmalarda kongrelerde sunulan sözlü bildirimler ve alanında yazılmış kitaplar analiz edilebilir.
- ✓ Kickboks konusunda yapılan çalışmaların örneklem grubu artırılabilir.
- ✓ Kickboks konusunda nitel çalışmalar artırılabilir.

### KAYNAKÇA

Kaptan, S. (1998). Bilimsel Araştırma Ve İstatistik Teknikleri (11.Baskı). Ankara: Tek Işık Web Ofset.

Gümüşay, M. (2021). Hareket Ve Antrenman Bilimleri Alanında Güncel Çalışmalar, Emre SERİN, Editör, Gece Kitaplığı, Ankara, Ss.1-14, 2021

Jackson K., Bigelow KE, Cooper C., Merriman H. (2012). A Group Kickboxing Program For Balance, Mobility And Quality Of Life İn Individuals With Multiple Sclerosis: A Pilot Study. The Journal Of Neurologic Physical Thereapy. 36, 131- 137.

Kordi, R., Maffulli, N., Wroble, R. R., & Wallace, W. A. (Eds.). (2009). Combat Sports Medicine. Springer Science & Business Media.

Öztürk, E. (2023). Farklı Branşlarda Yer Alan Sporcuların, Müsabaka Öncesi ve Sonrası Durumluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. The Online Journal Of Recreation And Sports, 12(2), 136-146.

Öztürk, E. (2023). Savunma Sporü İle Uğraşan Sporcularının Müsabaka Öncesi Stres Düzeylerinin İncelenmesi. Spor Eğitim Dergisi, 7(1), 40-44.

Gümüşay, M., Koç, M. C., & Turhan, M. Kick Boks Sporcularının Rekreasyonel Spor İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. Uluslararası Spor Bilimleri Öğrenci Çalışmaları, 5(1), 46-59.

Alibaz, A., Gündüz, N., & Şentuna, M. (2006). Türkiyede Üst Düzey Taekwondo, Karate Ve Kick-Boks Sporcularının Bu Spor Branşına Yönelmelerine Teşvik Eden Unsurlar, Yapma Nedenleri Ve Geleceğe Yönelik Beklentileri. Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 4(3), 91-102.

Aksoy, Y., & Civelek, G. (2022). Kick Boks Sporcularının Spora Katılım Güdülerinin İncelenmesi. Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 16(3), 222-233.

Aytaç, K. Y. (2017). Dönüşümsel Liderliğin Örgütsel Adanmışlık Üzerine Etkisi: Kık Boks Örneği. Electronic Turkish Studies, 12(21).

Ünlü, İ. O. (2023). Kickboks Sporcularının Liderlik Yönelimi (Doctoral Dissertation, Yalova University).