Turkish Studies Social Sciences

Volume 14 Issue 3, 2019, p. 1169-1178

DOI: 10.29228/TurkishStudies.22709

ISSN: 2667-5617

Skopje/MACEDONIA-Ankara/TURKEY

INTERNATIONAL
BALKAN
UNIVERSITY

EXCELLENCE FOR THE FUTURE
IBU.EDU.MK

Research Article / Araştırma Makalesi

Article Info / Makale Bilgisi

✍ Received/Geliş: 01.02.2019

✓ Accepted/Kabul: 10.06.2019

✍ Report Dates/Rapor Tarihleri: Referee 1 (18.02.2019)-Referee 2 (15.03.2019)- Referee 3 (24.03.2019)- Referee 4 (21.04.2019)

This article was checked by iThenticate.

12. DÜNYA ÜNİVERSİTELERARASI GÜREŞ ŞAMPİYONASI KADINLAR MÜSABAKALARI TEKNİK ANALİZLERİ*

Egemen ERMİŞ* - Arif SATICI** - Osman İMAMOĞLU***

ÖZ

Bu çalışma; 12.Dünya Üniversiteler Güreş Şampiyonasında kadınlar kategorisindeki müsabakaların teknik analizini yapma ve Türk milli takımı kadın güreşçilerin dünya ülkeleri arasındaki durumunu ortaya koymak hedefiyle yapılmıştır. İstatistiksel olarak tek yönlü varyans analizi ve LSD testleri ile farklılıklara bakılmıştır.

Farklı 15 ülkeden toplam 50 güreşçi müsabakası analiz edilmiştir. Yapılan 63 müsabakada toplamda 519 puan gerçekleşmiş ve her müsabaka başına ortalama 8,24 puan düşmüştür. Müsabakaların büyük çoğunluğu tuş ve sayı tuşu (%66,67) ile biterken üçte birlik kısmı (%33,33) sayı ile sonuçlanmıştır. Hafif sıklet olarak kabul edilen kategorideki güreşçilerin maç başına düşen puanları 7,52 iken ağır sıklette 8,24 puan ve orta sıklette 9,55 puan olarak gerçekleşmiştir. Eleme, yarı final ve final maçlarında her maç başına düşen puanlarda ise eleme maçlarında ortalama 8,25 puan alınmış iken yarıfinal ve 3. Tur maçlarında 7,31 puan alınmıştır. Final karşılaşmaları, repesajlar ile dördüncü ve beşinci tur maçlarında ise her maç başına 8,43 puan alınmıştır. Türk güreşçilerin yaptığı maç sayısı 21'dir. BU maçlarda aldıkları toplam 111 puana karşılık rakiplerine 77 puan vermişlerdir.

* Bu çalışma 6. Uluslararası Bilim Kültür ve Spor Kongresinde (25-27 Nisan 2018-Lviv) sözlü sunum olarak sunulmuştur.

** Dr. Öğr. Üyesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, E-posta: egemen.ermis@omu.edu.tr

*** Arş. Gör., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, E-posta: arifsatici@gmail.com

**** Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, E-posta: osmani55@hotmail.com

Maç başına ortalama 5,28 puan alırken 3,67 puan vermişlerdir. Aşamalara göre karşılaştırmada maç başına alınan puanlardaki farklılık anlamlı bulunmuştur ($p<0,001$).

Sonuç: Dünya şampiyonasında kadınlar güreşinde şampiyon olabilmek için alınan puan yanında rakiplere puan vermemenin de önemli olduğu tespit edilmiştir. Bazı sıkletlerde Türk güreşçileri dünya zirvesinde boy ölçüşebilecek seviyede iken bazı sıkletlerde daha çok mesafe kat edilmesi gerekli görülmüştür. Türk kadın güreşçilerinin dünya zirvesinde üst seviyede yer alabilmesi için düşük performans gösterilen sıkletlerde daha fazla çalışma yapılması gerekir. Ayrıca iyi güreşçi olan sıkletlerden zayıf güreşçi olan sıkletlere kilo ayarlaması ile güreşçi kaydırılması önerilir.

Anahtar Kelimeler: Dünya güreş şampiyonası, Müsabaka analizi, kadın güreşçi

12TH WORLD UNIVERSITY WRESTLING CHAMPIONSHIP WOMEN'S COMPETITIONS TECHNICAL ANALYSES

ABSTRACT

This study was conducted to analyze women's competitions in 12th World University Wrestling Championship and to find out the position of Turkish female wrestlers in the world. One way ANOVA and LSD tests were used in statistical comparisons.

50 wrestlers from a total of 15 countries participated in the Championship. A total of 519 points were taken in 63 competitions and the average of points per game was 8.24. While 66.67% of the competitions ended with fall and fall point, 33.33% ended with points. Average points per game were 7.52 for light-weight wrestlers, 9.55 for medium-weight wrestlers and 8.24 for heavy weight wrestlers. When average points for elimination matches, semi-finals and finals were examined, while 8.25 points were taken in elimination matches, 7.31 points were taken in semi-finals and third round matches. An average of 8.43 points were taken per game in the finals, repechage and fourth and fifth round matches. Turkish wrestlers had a total of 21 matches. They lost 77 points and took 111 points. Their average points per match was 5.28, while their average points lost was 3.67. In comparison of stages, the difference between the points taken per match were found to be significant ($p<0,001$).

Conclusion: It was found that in women's wrestling not losing points is as important as getting points. While Turkish wrestlers were found to have a world class level in some weights, it was found that they needed more progress in some weights. Turkish women wrestlers need to do more practice in weights they show low performance so that they can find a place in top levels in the world. In addition, it is recommended that these weights should be supported by adjusting weights with other weights.

STRUCTURED ABSTRACT

Purpose of the Study: To analyze women's competitions in 12th World University Wrestling Championship and to find out the position of Turkish female wrestlers in the world and to make suggestions.

Method

A total of 50 female wrestlers from 15 countries participated in 12th World University Wrestling Championship organized in Çorum / Turkey between 25 and 30 October 2016. Competition technical analysis includes a total of 63 competitions in 8 weight classes. The competitions were recorded by 2 researchers with the help of pre-prepared observation form and technical analyses were obtained from the records. One way ANOVA and LSD tests were used in statistical comparisons.

Results 5 female wrestlers of 58 and 59 kg, 6 female wrestlers of 60 and 63 kg and 7 female wrestlers in other weight classes participated in competitions in 2th World University Wrestling Championship. A total of 519 points were taken in 63 competitions and the average of points per game was 8.24. While 66.67% of the competitions ended with fall and fall point, 33.33% ended with points. Classifications were made as light weight (48 kg, 53 kg and 55 kg), medium weight (58 kg, 60 kg and 63 kg) and heavy weight (69 kg and 75 kg). Average points per game were 7.52 for light-weight wrestlers, 9.55 for medium-weight wrestlers and 8,24 for heavy weight wrestlers. Wrestlers in medium weight were found to get more points. While it was expected for wrestlers in light weight to get more points, medium weight wrestlers got more points. This result brings to mind that wrestlers in this category have more strength imbalance. When average points for elimination matches, semi-finals and finals were examined, while 8.25 points were taken in elimination matches, 7.31 points were taken in semi-finals and third round matches. An average of 8.43 points were taken per game in the finals, repechage and fourth and fifth round matches. Turkish wrestlers had a total of 21 matches. They lost 77 points and took 111 points. Their average points per match was 5.28, while their average points lost was 3.67. In comparison of stages, the difference between the points taken per match were found to be significant ($p<0,001$). In light weight and medium weight wrestlers, the points taken in first matches were significantly higher than the points they took in the semi-finals and third round matches. In heavy weight category, the points taken in semi-finals and third round matches are significantly higher than those taken in the first matches and final, repechage, 4th and 5th round matches ($p<0,001$). While the wrestlers who became champion in their weight class took 9 points per match, one did not lose any points, and one lost one point per match (Table 6). While Turkish wrestlers who became champion took 1 point more per game than wrestlers who became champion in their weight class, the points they lost were lower than the points lost by wrestlers who became champion in their weight class. However, when the total averages were examined, it was found that fewer points were taken and more points were lost in other weight classes. It was found that wrestlers who could not become champion were below the World average.

Conclusion: It was found that in women's wrestling not losing points to opponents is as important as getting points to become champion. While Turkish wrestlers were found to have a world class level

in some weights, it was found that they needed more progress in some weights. Turkish women wrestlers need to do more practice in weights they show low performance so that they can find a place in top levels in the world. In addition, it is recommended that these weights should be supported by adjusting weights with other weights.

Keywords: World Universities Wrestling, Competition Analysis, Female wrestler

Giriş ve Amaç

Düzenli fiziksel aktivite, kas gücünü, eklem yapısını, eklem işlevini ve kemik sağlığını korumak için de önemlidir (Yamak ve ark.,2018). Sporun Bedensel gelişim yanında kişiliğin oluşumu, karakter ve liderlik özelliklerinin gelişimi gibi birçok sosyal faydası vardır (Ermış ve ark.,2018;Koca ve ark.,2018). Halbuki kadın güreşinin sosyal konumu Türkiye de yıllarca tartışılmıştır. Güreş insanoğlunun yaptığı en eski sporlardan biri olarak dünyadaki yerini devam ettirmektedir (Martin ve Margherita, 1999). Amerika Birleşik Devletlerinde 2003 yılında yaşları 6-17 arasında olan 1 milyondan fazla erkek güreş yapmıştır (American Sports Data ve Inc., 2004). Yine Amerika Birleşik Devletlerinde 2005-2006 akademik yılında liselerde eğitim gören erkek çocukların yaptığı en yaygın sporlar arasında 6 sırada güreş yer almaktadır. Teknik-taktik analiz güreşte önemlidir (López-González ve Miarka, 2013). Kadınların yarışmacı olarak güreşi ilk defa 1984 yılında yapılmıştır. Kadınlar arası güreş serbest stil güreşi olarak 7 sıklet üzerinden düzenlenir. Kadınlar arasında güreş 2004 Atina olimpiyat oyunlarına kabul edilmiş ve müsabakalar yapılmıştır. Kadınların güreş arenalarında yarışmacı olarak yer alması güreşe olan ilgiyi artırmıştır. Güreşe pozitif anlamda ilgiyi çok çeşitli faktörler etkileyebilir. Örneğin giysilerin (Özelde mayoların) renklerinin bile bireyler üzerinde algısal farklılıklar yarattığı belirtilmiştir (Yamaner ve İmamoğlu,2018).

Güreş branşında uluslararası yarışmalarda başarılı olmak için 5 yıllık eğitim ve öğretim zorunlu görülür. Ayrıca çok çalışma ve ülke içi ve dışındaki deneyim gereklidir. En azından 3 yıllık uluslararası müsabaka ve deneyim gerekli görülür. Ayrıca bir güreşçinin yıllık antrenman süresi olarak 1200 saat çalışması ve 70-80 müsabaka yapması önerilir (İmamoğlu ve ark.,2009). Olimpiyat oyunları, Dünya - Avrupa Şampiyonaları ve seçkin şampiyonalarda güreşte başarılı ülkelerin güreşçilerin teknik-taktik durumu ve müsabaka yenme şekli ve süresi analizi bize yol gösterir. Bu durumlar en üst düzeydeki güreşçilerin özelliklerini ortaya çıkarır. Diğer güreşçiler onları rol model olarak alabilir. Kuralların değişimi bazı teknik, taktik uygulamaları ve çalışma sistemlerini elemine ederken bazılarını da ön plana çıkarmaktadır. Teknik-taktik analiz, kural değişikliği yapılacağı zaman özellikle önemlidir. Kuralların değişmesi, teknik eğilimleri, fitness trendlerini etkiler, hatta bir güreşçinin sağlık durumunu etkileyebilir (Tunneman,2017). Güreş müsabakalarında başarılı olmak için güç, hız, denge, esneklik ve dayanıklılık ve zihinsel yetenek gibi birçok parametre gereklidir. Hatta, güreşçinin belirli güreş becerilerini ve tekniği öğrenmesi- uygulayabilmesi ve karşılaşma süresince de devamlı olarak taktiklerini değiştirmesi ve stratejisini ayarlaması gerekli görülür (Barbas ve ark.,2017).

Antrenörler, Müsabakalara kendi güreşçilerini hazırlarken bir takım noktalara dikkat ederler. Bunlar arasında müsabakayı kazanmada etkin olan teknik ve sistemi bilmesi önemli yer tutar. Bu çalışma 12. Dünya Üniversitelerarası Güreş Şampiyonası'nı da kadınlar arasındaki güreş müsabakalarını analiz etmek ve Türk kadın güreşçilerin dünyadaki mevcut durumunu tespit etmek ve başarılı olmalarını artırmak için öneriler sunmak amacıyla yapılmıştır.

Materyal Metot

25-30 Ekim 2016 tarihinde Çorum / Türkiye'de yapılan 12. Dünya Üniversitelerarası güreş müsabakalarına kadınlarda Toplam 15 ülkeden 50 güreşçi katılmıştır. Müsabaka teknik analiz çalışması

8 sıklıette yapılan toplam 63 müsabakayı kapsamaktadır. Karşılaşmalar 2 araştırmacı tarafından önceden hazırlanmış gözlem formu ile kaydedilmiştir. Daha sonra kayıtlardan teknik analizler yapılmıştır. Araştırmacılar tarafından geliştirilen müsabaka teknik analiz formu kullanılmıştır. Müsabakalar “Sony Dcr-Sr37e Hard Disk Video” markalı kamera ile filme alınarak, analizleri incelendi. Şampiyonada tüm müsabakalar ile Türk Milli Takımının yaptığı müsabakalar 3 farklı kategoriye ayrılarak incelendi. Dünya üniversitelerarası grekoromen müsabakaları 2 devreden 3 dakika sürmektedir. İstatistiksel karşılaştırmalarda tek yönlü varyans analizi ve LSD testleri kullanılmıştır.

Bulgular

Müsabakalarda kilolar gruplandırılarak, 48-53-55 kilolar hafif sıklıetler olarak, 58-60-63 kilolar orta sıklıetler olarak ve 69 ve 75 kilolar ise ağır sıklıetler olarak dağılımları yapılmıştır.

Pays - Country	48 KG	53 KG	55 KG	58 KG	60 KG	63 KG	69 KG	75 KG	TOTAL
BLR						1			1
CAN	1	1	1	1	1	1	1	1	8
ESP								1	1
EST				1			1		2
FRA	1							1	2
GER			1						1
HUN		1	1		1	1			4
KGZ	1								1
MDA		1							1
MGL					1		1	1	3
POL	1	1	1	1	1			1	6
ROU	1	1				1			3
RUS	1	1	1	1	1	1	1	1	8
TUR	1	1	1	1	1	1	1	1	8
UKR			1						1
TOTAL	7	7	7	5	6	6	5	7	50

Tablo 1: Ülkeler ve temsil edilen sıklıetlerin dağılımı

Toplam 15 ülkeden 50 güreşçi katılmıştır. 58 ve 69 kg’da 5’er 60 ve 63 kg’da 6’şar ve diğer sıklıetlerde 7’şer güreşçi müsabakaya katılmıştır (Tablo 1). 58 ve 69 kilogramda 5’er güreşçi olduğu için tur şeklinde her güreşçi birbiri ile karşılaşmıştır.

Aşağıda gösterilen Tablo 2’de kilolar hafif, orta ve ağır sıklıet olarak gruplarda toplanarak belirtilmiştir.

Tablo 2. Kilo gruplarının dağılımı

Kilolar	Grup
48 KG, 53 KG, 55 KG	Hafif Sıklıet
58 KG, 60 KG, 63 KG	Orta Sıklıet
69 KG, 75 KG	Ağır Sıklıet

Tablo 3’de kilo gruplarına göre en fazla puan alınan grup ile orta sıklıet olmuştur. En az maç yapılan grup 18 maç ile ağır sıklıet grubu olmuştur.

Tablo 3. Kilo gruplarına göre puan alınan teknik ve maç sayıları dağılımı

Kilo Grupları	Alınan Puan sayısı	Gruplara göre maç sayısı	Gruplara göre maç başına düşen puan sayısı
Hafif Sıklet	173	23	7,52
Orta Sıklet	210	22	9,55
Ağır Sıklet	136	18	7,56
Toplam	519	63	8,24

Tablo 4: Eleme; Yarı final ve final maçları dağılımı

	¼ , 1 ve 2 .tur	Yarı final ve 3.tur	Final, repesaj, 4. ve 5.tur	F ve LSD
	Puan MS* MP**	Puan MS* MP**	Puan MS* MP**	
Hafif Sıklet (1)	71 9 7,89	43 6 7,17	59 8 7,38	p<0,001 1>2,3;2<3
Orta Sıklet (2)	78 8 9,75	50 6 8,33	82 8 10,25	p<0,001 1>2; 2<3;3>1
Ağır Sıklet (3)	49 7 7,0	34 4 8,50	53 7 7,57	p<0,001 1<2,3;2>3
Toplam	198 24 8,25	117 16 7,31	194 23 8,43	-

*MS: Maç sayısı ** MP: Maç başına düşen puan

Grafik 1. Kadınların Müsabaka Galibiyet şekilleri

Müسابakaların %66,67'si tuş ve sayı tuşu ile biterken %33,33'ü sayı ile sonuçlanmıştır.

Tablo 5. Sıkletinde 1. ve 2. Olan güreşçilerin maç sayıları aldığı ve verdiği puanların dağılımı

	1. olanlar					2. olanlar				
Sıklet	Mac sayısı	Aldığı puan	Verdiği puan	MAP*	MVP**	Mac sayısı	Aldığı puan	Verdiği puan	MAP	MVP
48 kg	3	17	1	5,67	0,33	3	18	5	6	1,67
53 kg	3	27	3	9	1	3	17	6	5,67	2
55 kg	2	18	0	9	0	3	9	12	3	4
58 kg	4	39	9	9,75	2,25	4	12	16	3	4
60 kg	3	16	0	5,33	0	2	5	7	2,5	3,5
63 kg	3	24	6	8	2	2	8	17	2	8,5
69 kg	4	36	4	9	1	4	22	18	5,5	4,5
75 kg	3	23	4	7,67	1,33	3	5	1	1,67	0,33
Toplam	25	200	27	8,00	1,08	24	96	82	4,00	3,42

*MAP. Maç başına alınan puan **MVP: Maç başına verilen puan

Tablo 6. Türk güreşçilerin maç başına aldıkları ve verdikleri puanlar ile dereceleri

Sıklet	Maç sayısı	Aldığı puan	Verdiği puan	MAP	MVP	Derecesi
48	2	2	8	1	4	3
53	2	2	11	1	5,5	3
55	2	18	0	9	0	1
58	4	29	19	7,25	4,75	3
60	1	3	5	3	5	3
63	3	14	13	4,67	4,33	6
69	4	36	4	9	1	1
75	3	7	17	2,33	5,67	5
Toplam	21	111	77	5,28	3,67	-

Tartışma ve Sonuç

12.Dünya Üniversitelerarası Güreş Şampiyonası'nın da kadınlar müsabakaları 8 sıklette toplam 63 müsabaka olarak yapılmıştır. İmamoğlu ve ark, (2009) 2005 dünya şampiyonasında bayan güreşçiler için yapılan analiz sonucunda maç başına ortalama yaklaşık 8 puan düştüğünü belirtmişlerdir. Bu şampiyonada güreşçilerin maç başına düşen puanları hafif sıklet olarak kabul edilen kategoride 7,52 puan iken orta sıklette 9,55 puan ve ağır sıklette 8,24 puan olarak tespit edilmiştir (Tablo 3). Orta sıklette güreşçilerin daha fazla puan aldıkları görülmüştür. Hafif sıkletteki güreşçilerin maç başına daha fazla puan almaları beklenirken orta sıklette olanlar daha fazla puan almışlardır. Bu durum bu kategorideki güreşçilerin güç dengesizliğinin daha fazla olduğunu düşündürmektedir.

İmamoğlu ve ark., (2009) tarafından yapılan bir analizde 2005 yılında Teknik üstünlükle tamamlanan maç sayısı % 12,24 iken tuş yapılarak biten maç sayısı %24,47 ve sayı ile sonuçlanan maç oranı yaklaşık %63'dür. Bu çalışmada galibiyet şekillerine bakıldığında müsabakaların %66,67'sinin tuş (sayı tuşu ve direk tuş) ile ve %33,33'ünün sayı şile sonuçlandığı görülmüştür (Grafik 1). Sayı ile biten maç şeklinde azalma olduğu görülmektedir. Bu durumda her iki şampiyonada güreşen güreşçilerin özellikleri, kondisyon seviyeleri vs etkili olabilirken sıkletlerdeki kadın sporcuların aralarındaki teknik, taktik ve kondisyonel olarak dengesizliğin mevcut olduğunu düşündürmektedir.

İmamoğlu ve ark., (2009) 2005 dünya şampiyonasında bayan güreşçiler için yapılan analiz sonucunda eleme maçlarında ortalama olarak toplam maçlarda maç başına 7,68 puan gerçekleşmiştir. Final müsabakalarında ortalama olarak toplam maç başına 8,46 puan gerçekleşmiştir. Bu şampiyonada eleme, yarı final ve final maçlarında her müsabaka başına düşen puanlar şu şekildedir: Eleme maçlarında ortalama 8,25 puan, yarıfinal ve üçüncü tur karşılaşmalarında 7,31 puan alınmıştır. Final maçları, repesaj karşılaşmaları ile dördüncü ve beşinci tur karşılaşmalarında ise maç başına 8,43 puan gerçekleşmiştir (Tablo 4). Aşamalara göre kıyaslamada maç başına alınan puanlardaki farklılık anlamlı bulunmuştur ($p<0,001$). Hafif sıklet ve orta sıklet güreşçilerinde ilk maçlarda alınan puanlar yarı final ve 3.tur maçlarında alınan puanlardan anlamlı olarak yüksektir. Ağır sıklet kategorisinde ise yarı final ve 3. Tur maçlarında alınan puanlar ilk maçlar ve final ile repesaj, 4 ve 5. Tur maçlarında alınan puanlardan anlamlı olarak yüksektir ($p<0,001$), (Tablo 4). Yarı final ve 3. Tur maçlarında maç başına alınan puanlar daha düşük olması rakiplerin birbirlerine denge olarak daha yakın olmaları yanında yorgun olmaları ve enerjilerinin bir kısmını final maçlarına bırakmaları da neden olabilir.

1995 yılından başlayarak 2002 dünya şampiyonasına kadın güreşinde müsabaka başına alınan puan ortalaması düşmüştür. Daha sonra kuralların değişmesi ile de 2005 dünya şampiyonasında karşılaşma başına puan ortalamasının biraz arttığı belirlenmiştir (İmamoğlu ve ark,2009). 2005 dünya şampiyonasında sıkletler; 48, 51, 55, 59, 63, 67 ve 72 kg ile bugünkünden biraz farklı idi. Bu çalışmada sıkletlerinde şampiyon olanlar maç başına 8 puan (5,5 ile 9 arasında) almışlardır. Verdikleri puanlar ise 1 puandır (bazı sıkletlerde 0 ve bazılarında 2 puan). Sıkletlerinde ikinci olanların maç başına aldıkları puanlar ortalama 4 iken verdikleri puanlar ortalama 3,42 bulunmuştur (Tablo 5). Tablo 5'e göre Şampiyon olmak için alınan puanın yanında rakibe puan vermeme önemli görülür. 2005 yılı dünya şampiyonasında bayanlar için hem eleme karşılaşmaları hemde final karşılaşmalarında olsun galip gelmek için rakip güreşçiden yaklaşık olarak 5 puan fazla almak gereklidir (İmamoğlu ve ark,2009). Bu çalışmada şampiyon olanlar rakiplerinden yaklaşık 7 puan fazla almışlardır. 2. Olanların ise aldığı ve verdiği puanlar birbirine yakındır. Bu durum her sıklette şampiyon olanlarla diğerleri arasında teknik, taktik ve kondisyon yönünde fazla fark olduğunu düşündürmektedir.

Türk kadın güreşçiler toplam 21 karşılaşma yapabilmişlerdir. Kadın güreşçilerimiz toplam 111 puana almalarına karşılık rakiplerine 77 puan vermişlerdir. Karşılaşma başına aldıkları puan ortalama 5,28 puan iken 3,67 puan vermişlerdir. Sıkletinde şampiyon olanlar maç başına 9 puan alırken biri hiç puan vermezken birisi maç başına bir puan varmıştır (Tablo 6). Şampiyon olan Türk güreşçiler sıkletlerinde şampiyon olan güreşçilerden maç başına 1 puan fazla alırken verdikleri puanlarda sıkletlerinde şampiyon olanların verdiği puanlardan daha düşüktür. Fakat toplamda bakıldığında diğer sıkletlerdeki az puan alıp çok puan daha fazla puan verme durumu görülmüştür. Şampiyon olunmayan sıkletlerimizdeki güreşçiler Dünya ortalamasının altında olduğu görülmektedir. 48, 53 kg Güreşçilerimiz birer galibiyetle 3. Oldular. Özellikle 60 kg güreşçimiz tek galibiyet almadan repesajda 3. Oldu. Tüm sıkletteki güreşçilerin birbiri ile güreşmesi sağlansa idi sonuç farklı olabilirdi. Bayan müsabakalarının elemeli değil tur şeklinde yapılmasının daha iyi olacağı ve puanları artıracığı düşünülmektedir.

Antrenman bir kadın güreşçinin zayıf yönlerinin geliştirmesi ve teknik ve taktik, fiziksel durum ve zihinsel ve ruhsal durumundaki boşlukların doldurmasının tek yoludur. Güreşçi tarafından antrenmanda kazanılan zihinsel hazırlık ve psikolojik alışkanlıklar maça taşınır ve performansını

maksimum derecede belirler. Erkek ya da bayan güreşçinin psikolojisi, fiziksel performansı (örneğin güç, hız kuvveti vb.) ve teknik ve taktiği büyük ölçüde etkiler. Güreşçileri dinlendirici etkinliklere yönleltmek toparlanmalarını artırabilir. Örneğin araştırmalarda sanat eğitimi ve resim yapmanın kişilerin vücut imajları üzerine olumlu etkisi, kaygıları azaltıcı etkileri bulunmuştur (Çetinkaya ve İmamoğlu,2018). Kadın güreş performansının, fiziksel güç ve güç, esneklik, dayanıklılık, üstün teknik ve strateji gibi çeşitli faktörlerden etkilendiğini iyi bilinmektedir (Gould ve diğerleri 1987, Barbas 2003). Dünya zirvesinde üst seviyede yer alabilmek için özellikle düşük performans gösterilen sıkletlerde daha fazla çalışma yada antrenmanlara önem verilmelidir.

Sonuç: Seçkin şampiyonalarda Kadınlar arası karşılaşmalarda başarılı olmak veya şampiyon olmak için rakipten alınan puanın yüksekliği yanında rakibe verilen puanın düşüklüğünün de etkisi olduğu tespit edilmiştir. Türk kadın güreşçiler bazı sıkletlerde dünya zirvesinde boy ölçüşebilecek seviyede bulunurken bir kısmı ise yetersiz görülmüştür. Seçkin ve önemli şampiyonalarda güreşçilerin üst sıralarda yer alabilmesi için daha fazla çalışma yapılması önerilir. Bu düşük performans gösterilen sıkletlerde çalışma yanında diğer sıkletlerden kilo ayarlaması ile bu sıkletlerin desteklenmesi şeklinde olabilir.

KAYNAKÇA

- American Sports Data and Inc.(2004). The superstudy of sports participation: Vol. II – recreational sports 2003. Hartsdale, NY: American Sports Data Inc.,
- Barbas I., Giannakou E., Aggeloussis N., Gourgoulis V., (2017).3D DUTH wrestling dummy and training, International Scientific And Professional Conference On Wrestling, Zagreb / Novi Sad, Proceedings Book, pp.52
- Barbas I. & Popov N. (Sofia 2003) Questions for Sports Goals and Psychological Preparation for Wrestling Athletes.
- Çetinkaya, G.,İmamoğlu G. (2018). Plates-Aerobik Egzersizlerinin Obez Kadınlarda Vücut Kompozisyonu ve Vücut İmajı Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Cilt: 11 Sayı: 59, sh.1451-1456
- Ermış E., Ermış A., İmamaoğlu O. (2018). Erişkinlik Aşamasında Öğrencilerde Spor ve Çoklu Zeka İlişkisi, *Turkish Studies Social Sciences*, Volume 13/18, p. 589-598, DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.14093>
- Gould D., K. Nodge, Peterson K. & Petlichkoff L. (1987). Psychological bases of coaching: similarities and differences between intercollegiate wrestling coaches. *Sport psychologist*, 1 (4), 293-308
- <http://www.hitit.edu.tr/haberler/2016/10/26/12-dunya-universiteler-gures-sampiyonasi-gorkemli-bir-acilisla-basladi>
- http://www.tusf.org/Data/Sites/1/corum2016/final_books/wucwrestling_final_results_team.pdf (E.T. 22/2/2017)
- İmamoğlu O., Kıyıcı F.,Kışhalı N.F.,Baş M.,(2009).Dünya Bayanlar Güreş Şampiyonası Müsabaka Teknik Analizi, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt 11,Sayı 2, sh: 9-20.
- Koca F., İmamoğlu G., İmamoğlu O., (2018). Sports Status of High School Students and Investigation of Personality Characteristics by Gender, *The Journal of Academic Social Science*, Year:6, Volume: 80: 31-42

- López-González, D. E., & Miarka, B. (2013). Reliability of A New Time-Motion Analysis Model Based on Technical-Tactical Interactions for Wrestling Competition. *International Journal of Wrestling Science*, 3(1), 21-34. doi:10.1080/21615667.2013.10878967
- Martin WR, Margherita AJ. (1999). Wrestling. *Phys Med Rehabil Clin N Am* 1999; 10: 117–140, vii.
- Tünnemann H., (2017). Technical-tactical combat behavior in the wrestling finals of the 2016 Olympic Games Rio in comparison to the 2012 OG London, *International Scientific And Professional Conference On Wrestling, Zagreb / Novi Sad, Proceedings Book*, pp.13
- Yamak B. İmamoğlu O., İslamoğlu İ., Çebi M., (2018). The Effects of Exercise on Body Posture, *Turkish Studies Social Sciences*, Volume 13/18, p. 1377-1388, DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.13911>
- Yamaner F., İmamoğlu G.,(2018). Sport Performance Colors Power and Effect, *Turkish Studies*, Volume 13/15, Spring 2018, p. 509-520, DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.13602>