

- **Çevresel etkileşime göre;**

- **Açık ve Kapalı Beceriler:** Beceriye çevreleyen ortam sporcunu algısını ve kararlarını etkiliyorsa açık, etkilemiyorsa kapalı beceriler olarak gruplandırılır.
- Futbol, basketbol, tenis gibi branşlardaki becerilere **açık beceriler** denilirken, satranç, okçuluk, golf gibi branşlara ait becerilere **kapalı beceriler** denilir.



- **Süreye ve devamlılığa göre;**

- **Süreksiz (Descrite) Beceriler:** Başlangıcı ve sonu belli olan beceriler (ör: basketbolda serbest atış).
- **Sürekli (Continuus) Beceriler:** Akıcılığı korumak için devamlı hareket gerektiren beceriler (ör: bisiklet, yüzme).
- **Seri (Serial) Beceriler:** Ayrı ayrı becerilerden oluşan beceriler (ör: üç adım atlama).

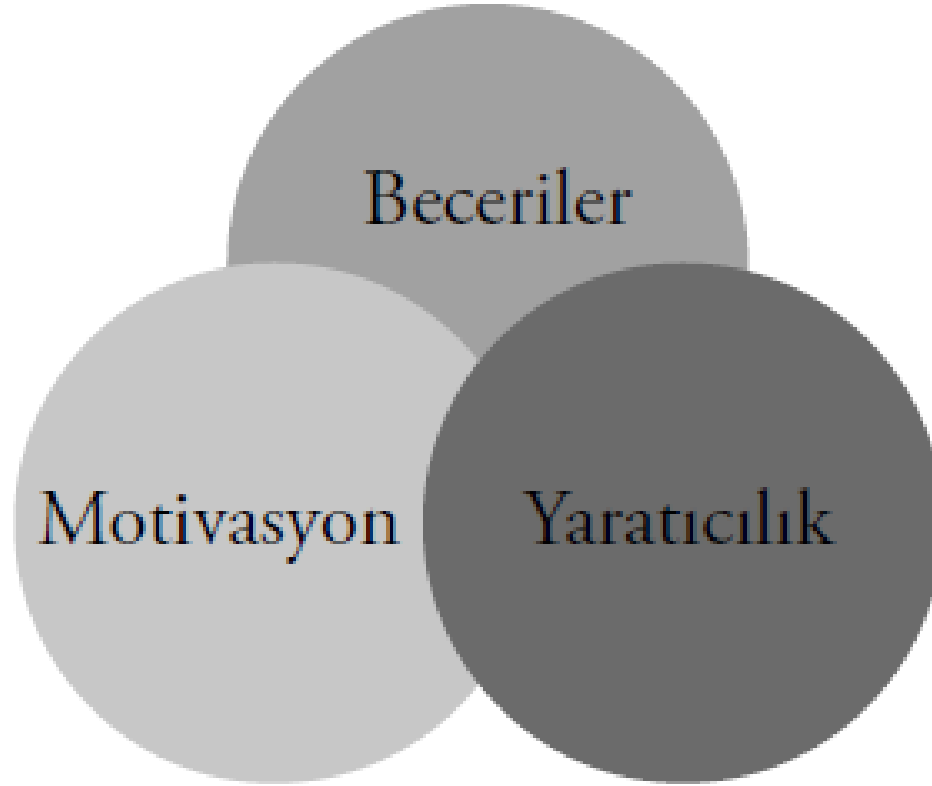
- Yetenek seçimi ve yönlendirme sürecinde **beceri** kişinin yeteneğinin değerlendirilmesinde **en somut göstergedir.**
- Kişi eğer o spor dalında yetenekli ise gerekli becerileri **akranlarına göre daha hızlı öğrenecek**, zaman ve enerjiyi daha **ekonomik** kullanarak üst düzey başarıyla sergileyecektir.

8. Yetenek

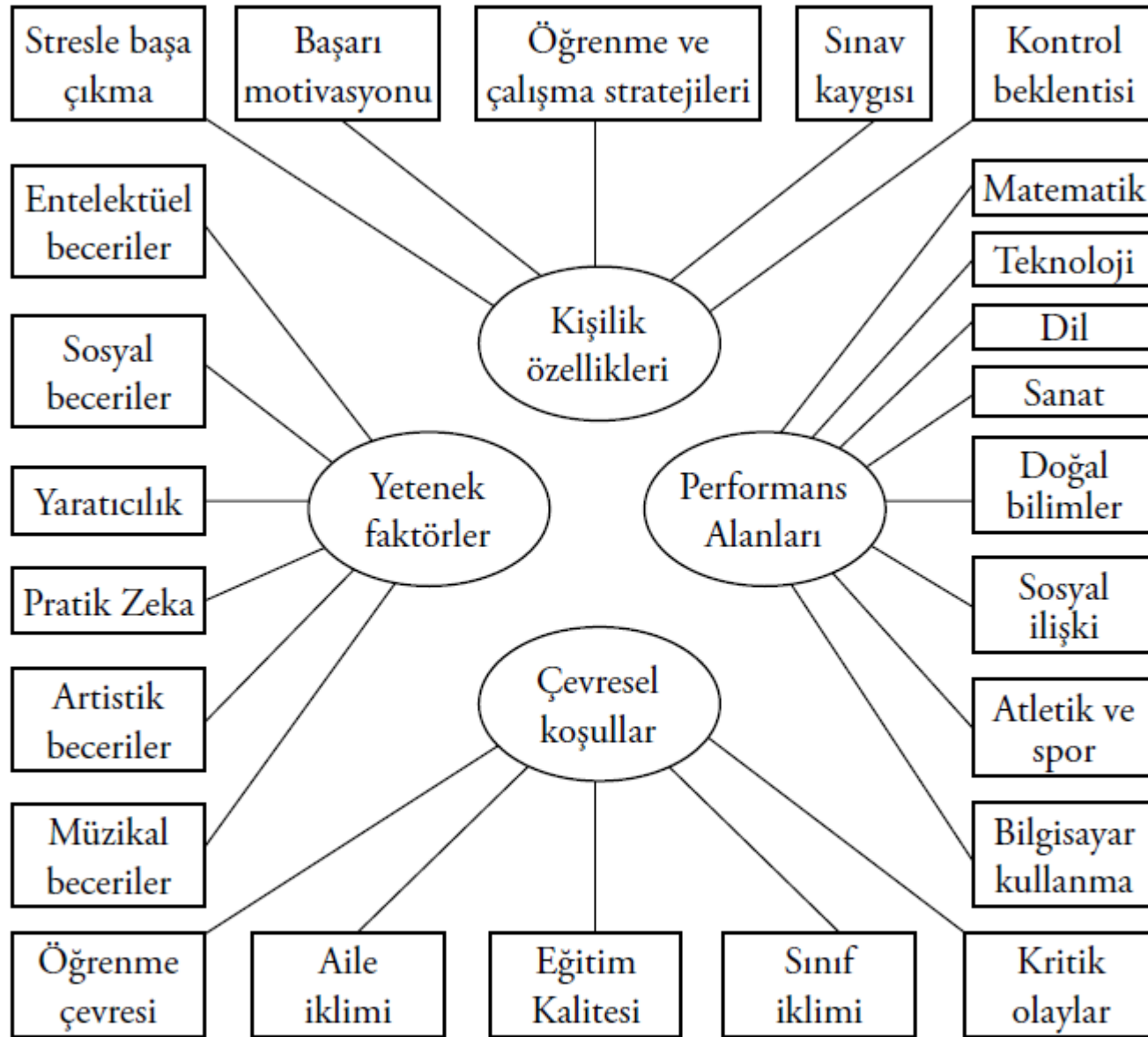
- TDK' ya göre yetenek; *“Bir kimsenin bir şeyi anlama ve yapabilme niteliği”* veya *“bir duruma uyma konusunda organizmada bulunan ve doğuştan gelen güç, kapasite”* olarak tanımlanmıştır.
- Kuzgun (1997) ise yeteneğin *“bir kimsenin belli bir yaşa kadar geliştirdiği kısmına bakarak onun daha sonra gireceği eğitim sürecinden ne ölçüde yararlanabileceği hakkında bir tahminde bulunmamıza olanak veren davranışlar bütünü”* olduğunu ifade etmiş ve bireyin yeteneğine uygun eğitim almasının önemini vurgulamıştır.

- *Gagné'nin Ayrımsal Üstün Zekâ ve Yetenek Modeli'nde* zekâ ile yetenek arasında net bir ayırım yapılmıştır.
- Gagné, “**üstünlük**” kavramını daha çok **zihinsel**, algısal/motor veya yaratıcı alanlarla; “**yetenek**” kavramının ise daha çok **teknik, sanatsal ve sportif alanlardaki** başarıyla ilişkili olduğunu belirtmektedir.





Şekil 1.2. Yeteneği oluşturan temel faktörler.



Şekil 1.3. Çok boyutlu yetenek ve üstün zekâ modeli (Münih Modeli)

- Yetenek için çok farklı tanımlar ve yaklaşımlar olmasına rağmen bilim dünyasında aşağıdaki temel özelliklerde **fikir birliği** sağlanmıştır.
 - **Kaynağı genetik mirastır ve bu yüzden bir kısmı doğuştan gelir.**
 - **Erken yaşlarda bütünüyle belirlenemez ancak önemli belirtileri vardır.**
 - **Yetişkinlik döneminden önce eğitilirse mevcut yetenek belirlenebilir.**
 - **Erken yaştaki belirtileri gelecekteki performansının tahmin edilmesi sağlar.**
 - **Küçük bir azınlık yeteneklidir. Eğer tüm çocuklar yetenekli olsaydı başarılı olanlar tahmin edilemez ve açıklanamazdı.**
 - **Yetenekler nispeten alana özeldir.**

1.8.1. Yeteneği Belirleyen Faktörler

Genetik



Çevresel Faktörler



1.8.1. Yeteneği Belirleyen Faktörler

- **Bireysel faktörler;**

- Fiziksel özellikler,
- Motivasyon,
- İrade,
- Kişilik ve
- Özyönetim

- **Çevresel faktörler;**

- Makroskopik (coğrafya, nüfus, sosyolojik...)
- Mikroskobik (aile, sosyo-ekonomik statü, komşular...) faktörler

- **Şans faktörü;**

- Biyolojik (anne ve babanın genetik özellikleri),
- Çevresel (yaşadığı bölgedeki eğitim imkanları)
- Bireysel faktörler (doğum kazaları gibi kişisel kontrolün olmadığı haller)

1.8.2. Yetenek Türleri ve Sınıflandırılması



Şekil 1.4. Çoklu zekâ kuramına göre yetenek alanları.

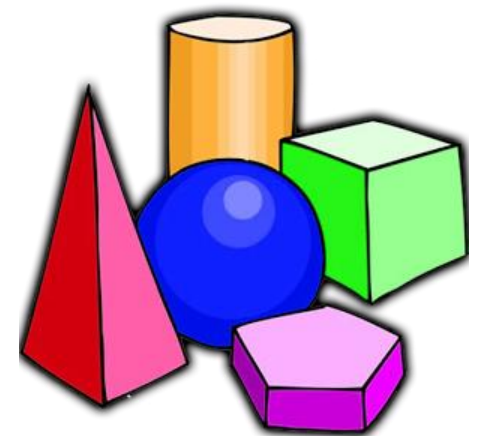
- Genel yetenekler, yeteneğin öğrenebilme potansiyeli olduğundan hareketle Blom'un taksonomisinde belirtilen öğrenme alanlarına göre üç gruba ayrılır:
 - **Bilişsel,**
 - **Duyuşsal ve**
 - **Psikomotor (devinimsel) yetenekler.**

- **Bilişsel Yetenekler**

- Sözel (dil),
- Sayısal
- Şekilsel

- **Duyuşsal yetenekler**

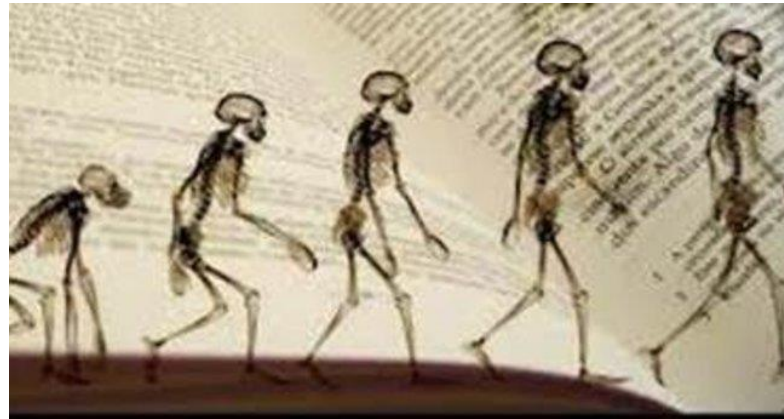
- **Psikomotor (Devinimsel) yetenekler**



- Spor bilimlerinde ise yetenek üç farklı grupta değerlendirilmektedir:
 - **Genel motorsal yetenek**
 - **Genel spor yeteneği**
 - **Spor dalına özgü yetenek**

9. Yatkınlık

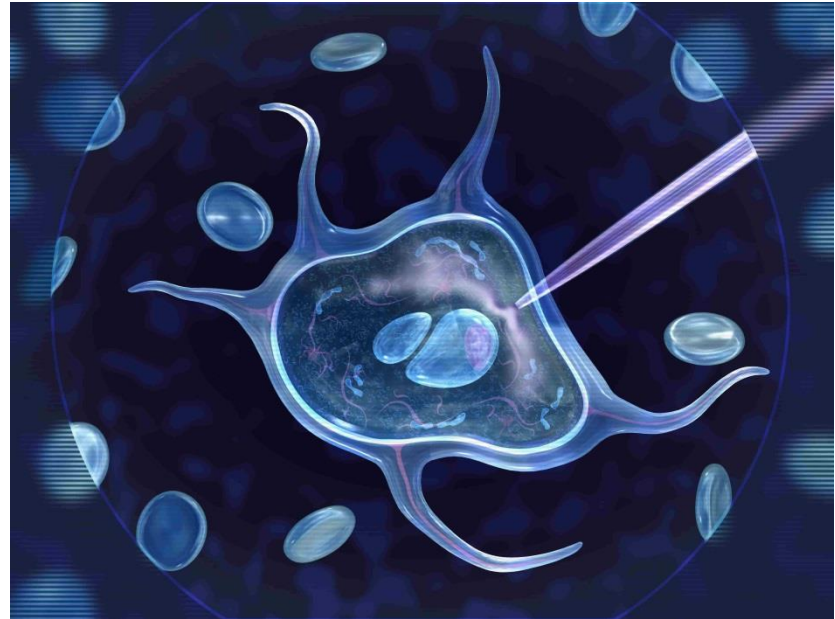
- Yatkınlık kavramı dilimizde “*alışkanlıktan doğan yeti, meleke, mümarese*” ve “*bir öğrenim ve yetiştirme süreci sonunda bireyin varabileceği gelişme düzeyini belirleyen doğal yeti*” olarak tanımlanır.
- Spor bilimlerinde yatkınlık **antropolojik özellikleri** işaret eder.



- Bireyin vücut üyelerinin
 - **Çevre,**
 - **Genişlik**
 - **Deri kıvrım kalınlığı ölçümleri,**
 - **Somatip ve**
 - **Vücut simetrisi**

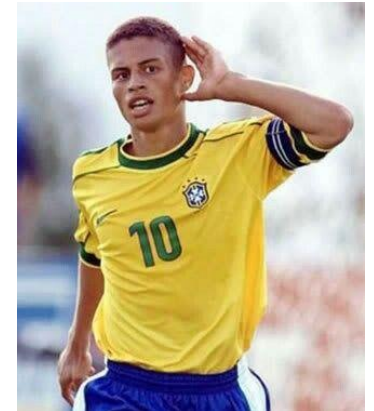
hangi spor dalına **daha yatkın olduğunun** belirlenmesinde kullanılır.

- Günümüzde bireyin sportif performansını etkileyen **239 gen** tespit edilmiş ve bu genlerinde **performans farklılıklarının yaklaşık %50' sinden sorumlu** oldukları belirtilmiştir.



10. Eğilim

- Coğrafi ve kültürel özellikler
- Bireyin duyuşsal özellikleri spora başlama ve **branş** tercihleri açısından oldukça önemlidir.
- Çocuk ve gençlerin içinde bulunduğu **toplumda spora verilen önem**, elde edilen sportif başarılar ve efsane sporcular spora olan eğilimi ve spor dallarına olan ilgiyi belirlemektedir. Örnek: **Brezilya**.



11. Uygunluk (Fitness)

- Bilişsel (kognitif),
- **Duygusal** ve
- Fiziksel (psikomotor) uygunluk olarak ayrı ayrı incelenir.



- **Bilişsel (Kognitif) Uygunluk:**

- Bilişsel uygunluğun en temel göstergesi **mental sağlıktır**. Mental sağlık bireyin genel uygunluk düzeyinin belirlenmesini sağlar.

- Bilişsel uygunluk

- meslek alanında ya da spor dalında yapılacak eylemin özelliklerine göre
 - **zekâ ve hafıza kapasitesinin,**
 - **idrak, dikkat, soyutlama,**
 - **akıl yürütme,**
 - **dil,**
 - **aritmetik ve problem çözme gibi bilişsel becerilerin yeterlilik düzeyidir.**

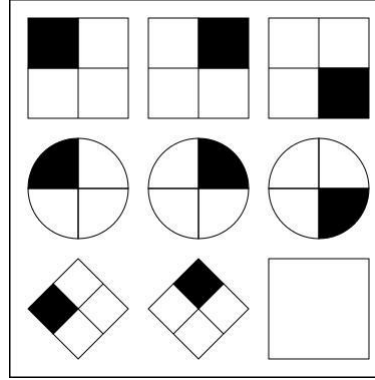
- Bilişsel uygunluk düzeyi

- **Laboratuvar testleriyle,**

- Beyinin anatomisi,
- Nöral ağlar ve
- Genetik yapı

- **Bilişsel fonksiyon testleriyle**

- zekâ,
- hafıza,
- öğrenme kapasitesi,
- dikkat,
- idrak etme,
- algı,
- problem çözme ve yaratıcılık gibi kognitif beceriler değerlendirilerek belirlenir.



- **Duygusal (Emotional) Uygunluk:**

- Duygularımız günlük hayatımızın her anında, davranışlarımızı ve **motivasyonumuzu** şekillendiren performansımızı etkileyen önemli bir faktördür.
- Sporcunun başarıya ulaşması ve yüksek performans sergileyebilmesi için müsabakada veya antrenmanda metabolizmada oluşan fiziksel strese adaptasyonun yanında psikolojik olarakta **adaptasyon göstermesi gerekir.**



Yapılan araştırmalar

- **Kişilik zelliklerinin,**
- Anksiyete (kaygı) ve motivasyon düzeyinin,
- **Benlik algısının,**
- Korkunun,
- **Stresin,**
- İnançların ve
- Daha birçok duygusal etmenlerin bireyin performansında **olumlu ya da olumsuz etkilere** neden olduğunu belirtmiştir.

- **Fiziksel Uygunluk:**

- Fiziksel uygunluk kavramı literatürde “*bireyin gündelik aktivitelerini gerçekleştirirken aşırı yorgunluk olmaksızın etkili ve verimli olma becerisi*” olarak tanımlanır.

- **Sağlık ilişkili fiziksel uygunluk parametreleri:**

- Kardiyovasküler ve kassal dayanıklılık,
- Kuvvet
- Esneklik
- Vücut Kompozisyonu

- **Performans (spor) ilişkili fiziksel uygunluk parametreleri:**

- Sürat, reaksiyon zamanı ve çabukluk,
- Patlayıcı kuvvet ve güç,
- Denge ve çeviklik,
- Spor dallarıyla ilgili diğer yetenekler,
- Sağlık ilişkili olan fiziksel uygunluk parametreleri

- Günümüzde yetenek seçimi ve yönlendirme sürecinin **ilk aşaması** olan temel seçim aşamasında **en temel gösterge ‘fiziksel uygunluk düzeyi’**dir.
- Bu doğrultuda çocuklarda ve gençlerde fiziksel uygunluk düzeyini belirlemek için kullanılan;
 - **Eurofit,**
 - **Fitnessgram,**
 - **Monitoba,**
 - **Karaus-Weber** gibi fiziksel uygunluk test bataryaları temel seçim aşamasında kullanılan test protokolleridir.