



## Optimal Zenith Spor Bilimleri Dergisi

Journal of Optimal Zenith Sport Science

E-ISSN: 3023-8005 DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14930785>

Optimal Zenith Spor Bilimleri Dergisi, Kasım 2024 1(2):49-56

### Engelli Bireylerin Sosyal Yaşantıya Dahil Edilmesinde Sporun Önemi

The Importance of Sport in the Inclusion of Individuals with Disabilities in Social Life

Aiym TELEPBERGEN<sup>1</sup>, Doç. Dr. Aydan Ermiş<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Gumilyov Avrasya Ulusal Üniversitesi, Gazetecilik ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Astana/ Kazakistan, a.tlepbergen@gmail.com

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, aydanak@omu.edu.tr

#### MAKALE BİLGİSİ/ARTICLE INFORMATION

Makale Türü/Article Types: Derleme

Geliş Tarihi/Received: 13 Temmuz/July 2024

Kabul Tarihi/Accepted: 24 Eylül/September 2024

Yıl/Year: 2024 Cilt/Volume: 1 Sayı/Issue: 2 Sayfa/Pages: 49-56

Atıf/Cite as: Telepbergen, A., Ermiş, A., "Engelli Bireylerin Sosyal Yaşantıya Dahil Edilmesinde Sporun Önemi" Journal of Optimal Zenith Sport Science, 1(2), November 2024: 49-56

Sorumlu Yazar/Corresponding Author: Aiym TELEPBERGEN

Etik Kurul Beyanı/Ethics Committee Approval: -

## Engelli Bireylerin Sosyal Yaşantıya Dahil Edilmesinde Sporun Önemi

### Özet

Bu çalışmanın amacı, engelli bireylerin sosyal beceri gelişiminde sporun rolünü incelemektir. Sosyal beceriler, bireylerin topluma uyum sağlamasında ve kendilerini ifade edebilmelerinde kritik bir öneme sahiptir. Engelli bireyler açısından ise sosyal beceriler, toplum içinde daha etkin ve bağımsız bir yaşama katkı sağlar. Ancak, fiziksel veya zihinsel engeller sosyal ilişkiler kurmayı ve topluma katılımı zorlaştırabilir. Sporun engelli bireyler için sosyal beceri gelişimini nasıl desteklediğini anlamak önemli bir araştırma konusudur. Bu çalışmada, sporun engelli bireylerin özgüvenini, liderlik becerilerini ve sosyal ilişki kurma kapasitelerini nasıl etkilediği araştırılmıştır. Araştırmanın önemi, toplumdaki engelli bireylerin sosyal entegrasyonunu destekleyebilecek yöntemleri belirlemek ve bu bireylerin yaşam kalitesini artırmaya yönelik öneriler sunmaktır. Ayrıca, toplumda spor yapan engelli bireylere yönelik algılar da ele alınarak, toplumdaki önyargıları azaltmaya yönelik olası katkılar tartışılmıştır. Araştırmanın bulguları, spor faaliyetlerinin engelli bireylerin sosyal becerilerini güçlendirmede önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Özellikle takım sporları aracılığıyla engelli bireylerin grup çalışmasına katılımlarının arttığı, böylelikle empati ve işbirliği gibi becerilerinin geliştiği gözlemlenmiştir. Ek olarak, bireysel sporların özgüven artışına katkıda bulunduğu ve sosyal ortamlarda daha rahat iletişim kurmalarını sağladığı bulunmuştur. Toplumdaki engelli bireylere yönelik spor algısının da olumlu yönde değişim gösterdiği tespit edilmiştir. Sonuç olarak, spor, engelli bireylerin sosyal beceri gelişiminde önemli bir araç olarak değerlendirilebilir. Spor aktivitelerine katılım, engelli bireylerin toplum içinde daha aktif ve bağımsız bir rol üstlenmelerini kolaylaştırmakta, sosyal izolasyonu azaltmakta ve topluma entegrasyonlarını desteklemektedir. Bu bulgular, engelli bireylerin spor aktivitelerine katılımını teşvik edecek politika ve programların geliştirilmesi gerektiğini göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Sosyal beceriler, toplumsal entegrasyon, spor algısı, önyargı.

## The Importance of Sport in the Inclusion of Individuals with Disabilities in Social Life

### Abstract

The aim of this study is to examine the role of sports in the social skill development of individuals with disabilities. Social skills are critical for individuals to adapt to society and express themselves effectively. For individuals with disabilities, social skills contribute to a more active and independent life within the community. However, physical or mental disabilities can make it challenging to build social relationships and participate in society. In this context, understanding how sports support social skill development for individuals with disabilities is an essential research topic. This study investigates how sports impact the self-confidence, leadership skills, and capacity to build social relationships of individuals with disabilities. The importance of this research lies in identifying methods that can support the social integration of individuals with disabilities in society and providing suggestions to improve their quality of life. Additionally, the perceptions of society toward disabled individuals participating in sports are discussed, addressing potential contributions to reducing social prejudices. The findings indicate that sports play a significant role in enhancing the social skills of individuals with disabilities. Specifically, team sports were observed to increase the participation of individuals with disabilities in group work, thereby developing skills such as empathy and cooperation. Furthermore, individual sports contributed to increased self-confidence, enabling them to communicate more comfortably in social settings. A positive change in societal perceptions towards disabled individuals engaging in sports was also identified. In conclusion, sports can be considered a valuable tool in promoting the social skill development of individuals with disabilities. Participation in sports activities facilitates the active and independent roles of individuals with disabilities within society, reduces social isolation, and supports their integration into the community. These findings suggest the need for policies and programs to encourage the participation of individuals with disabilities in sports activities.

**Keywords:** Social skills, social integration, sports perception, prejudice.

## Giriş

Engelli bireylerin topluma entegre olma süreçleri, kişisel gelişimlerinin yanı sıra toplumsal değerlerle olan ilişkilerinde de önemli bir rol oynar. Engelli bireyler için sosyal dahil edilme, yalnızca fiziksel engellerin aşılması değil, aynı zamanda psikososyal engellerin de giderilmesini gerektirir. Spor, bireylerin fiziksel ve sosyal olarak güçlenmesini sağlarken, toplumsal uyumu artıran bir araç olarak öne çıkmaktadır. Sporun sunduğu dinamik sosyal etkileşimler ve olumlu toplumsal temsiller, engelli bireylerin kendilerini toplumun bir parçası olarak hissetmelerine katkıda bulunur (Altındağ, 2017, s. 35). Engelli bireyler için spor, fiziksel kazanımların yanı sıra kendilerini daha yetkin hissetmelerini sağlayan bir ortam sunar. Sporun bu işlevi, bireylerin sadece bedensel yeterliliklerini değil, aynı zamanda sosyal kimliklerini de pekiştirmelerine yardımcı olur. Özellikle takım sporlarına katılım, bireylerin sosyal etkileşim becerilerini geliştirerek, toplum içinde aktif ve kabul gören bireyler olarak kendilerini ifade etmelerine olanak tanır (Yüksel ve Demirci, 2020, s. 42). Bu doğrultuda spor, engelli bireyler için sosyal etkileşim fırsatlarını çoğaltarak, onların toplum içinde daha görünür ve kabul edilebilir bireyler olmalarına katkıda bulunur. Engelli bireylerin sosyal hayata dahil edilmesinde sporun etkinliği, çeşitli araştırmalarla desteklenmektedir. Toplumdaki ayrımcılığı azaltma ve sosyal bariyerleri kaldırma potansiyeline sahip olan spor faaliyetleri, engelli bireylerin topluma katılım süreçlerini hızlandırmakta ve onların özgüvenlerini geliştirmelerine katkı sağlamaktadır (Özdemir, 2019, s. 68). Özellikle sporun sunduğu sosyal platformlar sayesinde engelli bireyler, bireysel ve de grup düzeyinde kendilerini ifade etme, aidiyet duygusu geliştirme ve çeşitli sosyal roller üstlenme imkânı bulmaktadır. Geleneksel sosyal çevrelerdeki dışlanma ve önyargılar, engelli bireylerin toplumla etkileşimini sınırlayan önemli unsurlardandır. Ancak spor etkinlikleri, bu bireylerin toplumun çeşitli kesimleri ile tanışarak önyargıları kırmasına olanak tanır. Akyol (2021, s. 79) çalışmasında, spor faaliyetlerine katılımın engelli bireylerde aidiyet hissini artırarak sosyal uyumu sağladığını belirtmiştir. Buna göre, sporun sosyal dahil etme işlevi yalnızca bireysel gelişimle sınırlı kalmayıp, toplumun engelli bireyleri daha pozitif algılamasını da sağlamaktadır. Spor etkinliklerinde kazanılan deneyimlerin, engelli bireylerin kendilerine yönelik algılarını güçlendirerek, sosyal yaşama aktif bir şekilde katılmalarını sağladığı görülmektedir. Sporun sosyal dahil etme sürecinde engelli bireylere sağladığı faydalar üzerinde yoğunlaşan çalışmalar, bu bireylerin toplumla olan ilişkilerini güçlendirdiğini ortaya koymaktadır. Spor yoluyla engelli bireylerin kazandığı sosyal beceriler, onların toplumsal hayatta karşılaştıkları psikososyal engelleri aşmalarına katkı sağlamaktadır. Yapılan bir araştırmada, sporun engelli bireylerde sosyal çevre oluşturma, ilişkiler kurma ve topluma uyum sağlama açısından güçlü bir araç olduğu vurgulanmıştır (Kaya ve Şahin, 2018, s. 55). Engelli bireylerin spor yoluyla elde ettikleri sosyal kazanımlar, onların kendilerini toplum içinde daha rahat hissetmelerine, özgüvenlerini geliştirmelerine ve toplumsal katılım süreçlerini hızlandırmalarına yardımcı olmaktadır. Spor, aynı zamanda engelli bireylerin sosyal haklarına erişimlerinde de önemli bir rol oynamaktadır. Spor etkinliklerine katılım, engelli bireylerin hem fiziksel hem de sosyal olarak topluma katkıda bulunmalarına olanak tanır. Bu süreçte, spor organizasyonlarının erişilebilirliği ve engelli bireylere uygun hale getirilmesi, sosyal entegrasyonu güçlendiren temel unsurlar arasında yer alır. Türkiye’de yapılan araştırmalar, sporun engelli bireylerin günlük yaşama katılımını artırarak, onların toplumsal statü kazanmalarına katkı sağladığını göstermektedir.

## Engelli Bireyler İçin Spor Programlarının Türleri ve Yapısı

Engelli bireyler için spor programlarının gelişimi, onların fiziksel, sosyal ve duygusal alanlarda güçlenmelerine katkıda bulunan, aynı zamanda topluma katılım süreçlerini destekleyen çok yönlü bir etkiye sahiptir. Öztürk ve Ertürk, 2021, s. 33) araştırmalarında bireylerin ihtiyaçlarına göre uyarlanan spor programları, takım sporları, bireysel sporlar hem de paralimpik etkinlikler olarak üç ana gruba ayrıldığını ve bu programların, engel durumuna göre bireylere farklı fırsatlar sunacağını ve çeşitli sosyal, fiziksel ve psikolojik kazanımlar sağlayacağını belirtmiştir.

### Engellilere Yönelik Takım Sporları, Bireysel Sporlar ve Paralimpik Etkinlikler

Engelli bireyler için takım sporları, sosyal uyum ve iş birliği becerilerini geliştirmeleri için önemli bir araçtır. Takım sporları, engelli bireylerin birlikte çalışma ve ortak hedefler doğrultusunda çaba gösterme gibi sosyal beceriler kazanmasını sağlar. Örneğin, tekerlekli sandalye basketbolu ve ampute futbol, engelli bireylerin grup içinde hareket etme ve kendilerini ifade etme becerilerini geliştirir. Bu sporların, bireylerde aidiyet duygusunu güçlendirdiği ve özgüveni artırdığı çeşitli araştırmalarda belirtilmiştir (Aksu, 2019, s. 48). Bireysel sporlar ise engelli bireylerin kendi hızlarında gelişim gösterdikleri, kendilerini bireysel olarak sınadıkları bir alan sunar. Örneğin, yüzme ve okçuluk gibi sporlar, engelli bireylerin kişisel performanslarını artırmalarını sağlarken, aynı zamanda fiziksel dayanıklılık ve özgüven gelişimlerine katkıda bulunur. Yalnızca fiziksel gelişim değil, aynı zamanda motivasyon ve öz disiplin gibi kişisel özelliklerin de gelişmesine yardımcı olur (Demir, 2020, s. 54). Paralimpik oyunlar ise engelli bireyler için uluslararası bir platform sunarak, onların toplumda daha görünür hale gelmelerine katkı sağlar. Paralimpik etkinlikler, rekabetçi bir ortam sağlaması yanı sıra toplumun engelli bireyler hakkında farkındalığını artırır. Paralimpik sporcuların uluslararası başarıları, engelli bireylere yönelik önyargıları azaltmada ve engelli bireylerin toplumda aktif bireyler olarak kabul edilmesinde büyük rol oynamaktadır. (Kaya, 2021, s. 62) tarafından yapılan bir çalışma, paralimpik oyunlara katılan sporcuların elde ettikleri başarıların, engelli bireylerin toplumdaki değerlerini artırarak, onları daha fazla rol model haline getirdiğini belirtmektedir.

### Spor Programlarının Erişilebilirlik, Uygunluk ve İçerik Açısından Değerlendirilmesi

Engelli bireyler için spor programlarının erişilebilirliği, bu bireylerin programa katılımını etkileyen en önemli faktörlerden biridir. Erişilebilirlik sadece fiziksel mekanlarla sınırlı kalmaz; aynı zamanda ekipman, ulaşım ve ekonomik faktörler de engelli bireylerin spor programlarına dahil olabilmesinde önemli rol oynar. Örneğin, spor tesislerinin engelli bireylerin ihtiyaçlarına uygun olarak tasarlanması, spor programlarının daha geniş bir kitleye ulaşmasını sağlamaktadır (Yıldırım, 2018, s. 37). Uygunluk açısından bakıldığında, spor programlarının engelli bireylerin fiziksel yeterlilikleri, yaş grupları ve engel türlerine göre çeşitlendirilmesi gerekmektedir. Özellikle farklı engel türlerine uygun antrenman teknikleri, spor programlarının başarısı için kritik öneme sahiptir. Engelli bireylerin gereksinimlerine göre uyarlanmış eğitim içerikleri ve uzman eğitmenler tarafından sunulan destekler, programın bireyler üzerindeki etkisini artırır (Tekin ve Uysal, 2019, s. 53). İçerik açısından değerlendirdiğimizde ise spor programlarının psikolojik destek, sosyal beceri gelişimi ve motivasyon artırıcı faaliyetlerle zenginleştirilmesi, engelli bireylerin spor programlarına uzun

vadede bağlı kalmasını sağlayabilir. Bu tarz destekleyici faaliyetler, bireylerin yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda duygusal ve sosyal olarak da kendilerini geliştirmelerine katkı sağlar. Spor programlarına entegre edilen bu içerikler, engelli bireylerin sporu hayatlarının bir parçası haline getirmelerinde ve spor alışkanlıklarını sürdürülebilir kılmalarında büyük rol oynar (Karataş, 2020, s. 59). Bu spor programları sayesinde, engelli bireyler hem fiziksel hem de sosyal alanlarda kendilerini geliştirme fırsatı bulur. Programların erişilebilirlik, uygunluk ve içerik yönlerinden sürekli olarak iyileştirilmesi, engelli bireylerin spor etkinliklerine katılımlarını ve toplumla olan bağlarını güçlendirecek önemli bir etki yaratmaktadır.

### **Engelli Bireylerin Fiziksel ve Psikososyal Gelişiminde Sporun Etkileri**

Spor, engelli bireylerin yalnızca fiziksel sağlığını değil, aynı zamanda psikososyal gelişimlerini de olumlu yönde etkileyen çok yönlü bir araçtır. Engelli bireylerin yaşam kalitesini artırmak, toplum içinde daha aktif ve bağımsız olmalarını sağlamak adına sporun sağladığı faydalar oldukça önemlidir. Fiziksel sağlık, özgüven ve stres yönetimi gibi konularda sporun olumlu etkileri, engelli bireylerin hayatlarında anlamlı değişimlere yol açar (Çalışkan, 2020, s. 29). Engelli bireylerin fiziksel sağlıklarına yönelik yapılan spor aktiviteleri, onların kas gelişiminden kardiyovasküler sağlığa kadar geniş bir yelpazede fayda sağlar. Düzenli spor yapmak, engelli bireylerde hareket kabiliyetini artırarak günlük yaşama olan bağımlılığı azaltır ve bireylerin daha sağlıklı bir yaşam sürmelerine yardımcı olur (Güvenç, 2019, s. 35). Örneğin, yüzme ve tekerlekli sandalye basketbolu gibi sporlar, engelli bireylerin eklem hareketliliğini artırırken, kas dayanıklılığını geliştirmekte ve fiziksel esneklik sağlamaktadır. Bu da bireylerin genel sağlık durumlarını güçlendirerek, günlük yaşamda daha bağımsız olmalarına katkıda bulunur. Sporun fiziksel sağlık üzerindeki etkileri kadar özgüvene olan katkısı da dikkat çekicidir. Engelli bireylerin, spor yoluyla fiziksel ve sosyal beceriler kazanarak kendilerine olan güvenlerini geliştirmeleri mümkündür. Spor, bireylere fiziksel ve psikolojik dayanıklılık kazandırarak, onlara zor durumlarla başa çıkma gücü verir. Özgüveni artan bireylerin, toplumsal ortamlara daha kolay adapte oldukları ve daha fazla sosyal etkileşime girdikleri gözlemlenmektedir (Karadağ, 2021, s. 41). Bu etkileşimler, engelli bireylerin sosyal destek sistemlerini genişletmelerine ve kendi potansiyellerine olan inançlarını güçlendirmelerine yardımcı olur. Bunun yanı sıra, sporun engelli bireyler için bir stres yönetim aracı olarak da önemli bir yere sahip olduğu belirtilmektedir. Engelli bireyler, spor yaparak stres düzeylerini azaltabilir ve duygusal olarak kendilerini daha iyi hissedebilirler. Spor sırasında salgılanan endorfin, bireylerin ruh hallerini olumlu yönde etkiler ve stresin neden olduğu olumsuz etkileri hafifletir (Demirci ve Yıldız, 2018, s. 52). Ayrıca, düzenli sporun bir rutin haline getirilmesi, engelli bireylerin kaygı ve depresyon gibi psikolojik sorunlarla başa çıkmalarını kolaylaştırır. Spor aktiviteleri, engelli bireylerin kendilerini daha enerjik hissetmelerini sağlayarak, onlara yaşamda zorluklarla başa çıkma gücü kazandırır. Engelli bireylerin günlük yaşamlarına uyum sağlamasında spor, önemli bir destek unsurudur. Fiziksel ve sosyal gelişimlerine katkıda bulunarak onların bağımsızlıklarını artırır ve yaşam kalitelerini yükseltir. Spor, engelli bireylerin günlük yaşam becerilerini geliştirmelerini sağlayarak, onların toplumsal hayatta aktif bir rol almalarına olanak tanır. Örneğin, spor yapan engelli bireylerin evde ve toplumda daha fazla bağımsız hareket edebilme kabiliyeti kazandığı yapılan birçok araştırmada gözlemlenmiştir. Ayrıca, spor aktiviteleri engelli bireylerin sosyal etkileşimlerini artırarak, onlara yeni dostluklar ve sosyal ilişkiler kurma fırsatı sunar. Bu sosyal ilişkiler, bireylerin kendilerini yalnız hissetmelerini önler ve onları toplumsal yaşamın bir parçası haline getirir.

Örneğin, tekerlekli sandalye basketbol takımlarında yer alan bireyler, takım arkadaşlarıyla birlikte çalışarak sosyal etkileşim becerilerini geliştirir ve topluma uyum sağlama kapasitelerini artırır (Yaman ve Aydın, 2021, s. 58). Sporun sağladığı bu sosyal destek mekanizmaları, engelli bireylerin toplumsal engelleri aşmalarına ve günlük yaşamlarına daha kolay uyum sağlamalarına katkıda bulunur. Engelli bireyler için düzenlenen spor programları, onların fiziksel sınırlarını zorlamalarına, kendi potansiyellerini keşfetmelerine ve sosyal çevrelerinde kabul görmelerine katkıda bulunur. Yapılan araştırmalar, spor yoluyla sosyal uyum becerileri gelişen engelli bireylerin, topluma entegrasyonlarının daha kolay olduğunu ve toplum içinde daha aktif roller alabildiklerini ortaya koymaktadır (Ersoy ve Kocabaş, 2019, s. 45). Spor, engelli bireylere fiziksel ve psikolojik destek sağlayarak, onların topluma daha iyi adapte olmalarına yardımcı olur ve günlük hayata uyum sağlama becerilerini geliştirir. Engelli bireyler için spor, sosyal becerilerinin gelişmesi ve toplumla kaynaşmaları için oldukça önemli bir etkidir. İletişim, iş birliği ve empati gibi sosyal beceriler, bireylerin toplumsal hayata daha aktif katılım sağlamalarına yardımcı olur. Spor ortamı, engelli bireylerin farklı insanlarla etkileşime geçmelerini sağlarken, onlara sosyal uyum süreçlerinde gerekli olan becerileri de kazandırır. Spor, engelli bireyler için bir etkileşim alanı yaratarak iletişim becerilerinin gelişmesine de katkıda bulunur. İletişim, bireylerin kendilerini ifade etme, başkalarını dinleme ve anlamlı etkileşimlerde bulunma süreçlerini içerir. Takım sporları özellikle, kendilerini ifade etme becerilerini geliştirmeleri ve duygularını daha rahat paylaşmaları için uygun bir alan sunar. Yapılan bir çalışmada, takım sporları yoluyla iletişim becerilerini geliştiren engelli bireylerin kendilerini topluma daha rahat açabildikleri ve özgüvenlerinde artış gözlemlendiği belirtilmektedir (Çelik, 2020, s. 36). İş birliği ise sporun sunduğu diğer bir önemli sosyal beceridir. Takım sporları, engelli bireylere iş birliği yapmayı ve birlikte çalışmayı öğretir. Bu bireyler, ortak hedeflere ulaşmak için bir grup içinde nasıl hareket edeceklerini öğrenirler. Örneğin, tekerlekli sandalye basketbolu veya ampute futbol gibi spor dalları, engelli bireylerin birbirleriyle koordinasyon içinde çalışarak grup dinamiklerine katkı sağlamalarını teşvik eder. Bu deneyimler, bireylerin hem bireysel sorumluluklarını hem de takım içindeki rollerini anlamalarına yardımcı olur ve onların sosyal uyum süreçlerini hızlandırır. Empati yeteneği de spor faaliyetleri aracılığıyla güçlendirilen önemli bir sosyal beceridir. Spor ortamında, engelli bireyler kendi durumları dışında farklı zorluklarla karşılaşan diğer bireylerin deneyimlerini anlama ve onlara destek verme becerisi geliştirirler. Örneğin, bir takım arkadaşının zorlandığı bir durumda yardım etme veya cesaretlendirme, bireylerin empati kapasitelerini artırır ve toplumdaki diğer bireylerle daha derin bir bağ kurmalarını sağlar. Bu süreç, engelli bireylerin toplumda daha kabul gören bireyler olmalarına katkıda bulunur.

### **Aile ve Çevrenin Destekleyici Rolü**

Engelli bireylerin spora katılımlarında ve sosyal hayata adaptasyonlarında aile ve çevre desteği önemli bir rol oynar. Ailenin ve yakın çevrenin desteği, engelli bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyal gelişimlerini doğrudan etkiler. Bireylerin spor programlarına katılımlarında aile desteği, yalnızca spora erişimi artırmakla kalmaz, aynı zamanda bireylerin özgüvenlerini ve sosyal becerilerini geliştirmelerine de katkıda bulunur. Bu nedenle ailelerin ve çevrenin spor katılımını destekleyen tutumları, engelli bireylerin sosyal hayata entegrasyonunda kritik bir rol oynamaktadır (Şahin, 2018, s. 45). Aile desteği, engelli bireylerin spor aktivitelerine düzenli katılımlarında önemli bir motivasyon kaynağıdır. Ailelerin spor programlarını teşvik edici ve destekleyici yaklaşımları, bireylerin katılımlarını güçlendirir. Örneğin, aileleri tarafından



desteklenen bireylerin spora daha fazla katılım sağladığı ve spor etkinliklerinde daha aktif olduğu gözlemlenmektedir. Ailelerin spor programlarına aktif olarak katılmaları, çocuk veya yetişkin engelli bireylerin kendi potansiyellerini keşfetmelerine ve özgüven kazanmalarına olanak tanır (Kara ve Demir, 2020, s. 52). Aileler, bireylerin yalnızca spor etkinliklerine katılımını desteklemekle kalmaz, aynı zamanda spordan edindikleri becerileri günlük yaşamlarına entegre etmeleri konusunda da rehberlik ederler. Bu, engelli bireylerin spor yoluyla kazandıkları fiziksel ve sosyal becerilerin sürdürülebilirliğini sağlar. Özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde olan engelli bireyler için, aile desteği spora olan ilgiyi artırmakta ve bireylerin daha fazla başarı sağlamalarına zemin hazırlamaktadır.

### **Engelli Bireyler İçin Spor Programlarının Önündeki Engeller**

Engelli bireyler için spor programları, fiziksel ve sosyal gelişimlerini desteklemek açısından büyük bir öneme sahiptir. Ancak, bu programlara erişimde çeşitli engeller bulunmaktadır. Erişilebilirlik sorunları, ekonomik zorluklar ve altyapı eksiklikleri gibi faktörler, engelli bireylerin bu programlara katılmalarını zorlaştırmakta ve spor yoluyla elde edebilecekleri faydaları sınırlamaktadır. Bu engellerin varlığı, spor programlarının sürdürülebilirliğini olumsuz yönde etkileyerek engelli bireylerin spora katılımını kısıtlar. Bu bireyler için spor programlarına katılmada en büyük engellerden biri erişilebilirliktir. Fiziksel engeller ve uygun altyapı eksikliği, engelli bireylerin spor tesislerine erişimlerini zorlaştırmaktadır. Özellikle ulaşım olanaklarının kısıtlı olduğu bölgelerde yaşayan bireyler, spor alanlarına ulaşmakta zorluk yaşar. Uygun rampalar, geniş kapılar ve engelli tuvaletleri gibi temel fiziksel altyapı ihtiyaçlarının karşılanmaması, bu bireylerin spor tesislerine güvenle erişimini engeller. Erişilebilirlik eksiklikleri, engelli bireylerin sporla sağlanan faydalardan yararlanmasını önemli ölçüde sınırlamaktadır (Güler, 2020, s. 33). Öte yandan, uygun spor alanlarının eksikliği de bir başka erişilebilirlik sorununu oluşturur. Örneğin, birçok spor tesisi, engelli bireylerin ihtiyaçlarına uygun tasarlanmamış olup, bu durum onların fiziksel aktivitelere katılımını zorlaştırmaktadır. Uygun spor alanlarının yetersizliği, bu bireyler için sunduğu fiziksel ve psikososyal faydalardan mahrum kalmalarına yol açmaktadır. Bu nedenle, erişilebilirliğin sağlanması, spor aktivitelerine katılımı artırmak için kritik bir gereksinim olarak karşımıza çıkmaktadır (Yılmaz, 2018, s. 22). Ekonomik zorluklar, spor programlarına katılımını etkileyen bir diğer önemli engeldir. Spor ekipmanları, kıyafetler ve tesis giriş ücretleri gibi maliyetler, engelli bireylerin veya ailelerinin karşılayamayacağı düzeyde olabilir. Ayrıca, özel gereksinimlere sahip bireyler için tasarlanmış ekipmanların maliyetleri, standart spor malzemelerine kıyasla çok daha yüksektir. Özellikle düşük gelirli aileler, bu tür maliyetler karşısında çocuklarının spor programlarına katılımını sağlamakta zorlanmaktadır. Bu durum, bireylerin spor yapma şansını kısıtlayarak sosyal ve fiziksel gelişimlerini olumsuz yönde etkiler. Spor programlarına katılımın sürdürülebilirliğini sağlamak için ekonomik destek mekanizmalarının eksikliği de bir diğer zorluk olarak öne çıkar. Engelli bireyler için spor programlarının sürdürülebilirliğini etkileyen en önemli faktörlerden biri de altyapı eksiklikleridir. Spor tesislerinin yeterli sayıda olmaması, mevcut tesislerin ise engelli bireylerin ihtiyaçlarına uygun olarak tasarlanmaması, spor programlarının devamlılığını tehlikeye sokar. Özellikle kırsal bölgelerde, engelli bireyler için uygun spor tesislerine ulaşım olanakları sınırlıdır. Ayrıca, mevcut tesislerin bakım ve onarım ihtiyaçlarının karşılanamaması, bu alanların kullanışsız hale gelmesine neden olmaktadır. Bu altyapı sorunları, engelli bireylerin spor yapma imkanlarını sınırlayarak, uzun vadede programların sürdürülebilirliğini tehlikeye

sokmaktadır (Çetin, 2018, s. 30). Sürdürülebilirlik açısından sosyal ve ekonomik desteklerin eksikliği de dikkate değer bir engeldir.

### Sonuç ve Öneriler

Engelli bireyler için spor, yalnızca fiziksel sağlığı artırmakla kalmayıp, sosyal dahil etme sürecinde de önemli bir rol oynamaktadır. Spor faaliyetleri, sosyal etkileşimlerini artırarak, kendilerine olan güvenlerini pekiştirir ve topluma entegre olmalarına yardımcı olur. Sporun sunduğu bu faydalar, bireylerin toplumsal yaşamda daha aktif bir rol almalarına olanak tanır. Bu bireylerin spor yoluyla kazanmış olduğu sosyal beceriler, iletişim, iş birliği ve empati gibi önemli sosyal yetkinliklerin gelişimini destekler. Bu durum, engelli bireylerin toplumla daha güçlü bağlar kurmasına ve sosyal hayata daha etkin bir şekilde katılmalarına olanak sağlar. Gelecekte, spor faaliyetlerine katılımını artırmak amacıyla çeşitli araştırmalar, projeler ve uygulamalar yapılabilir. Öncelikle, spor programlarının erişilebilirliğini ve sürdürülebilirliğini artırmaya yönelik kapsamlı çalışmalar gerekmektedir. Bu çalışmalar, altyapı geliştirmeleri ve ekonomik destek mekanizmalarının güçlendirilmesi konularında öneriler sunmalıdır. Erişilebilir spor tesislerinin sayısını artırmak ve mevcut tesisleri engelli bireylerin ihtiyaçlarına uygun hale getirmek, bu bireylerin spor katılımlarını teşvik edecek önemli adımlardır. Ayrıca, ailelerin ve toplumun sporun önemine dair bilinçlendirilmesi amacıyla eğitim programları düzenlenmelidir. Aileler, çocuklarının spor aktivitelerine katılımını desteklemek için eğitilmeli ve bu konudaki bilgi düzeyleri artırılmalıdır. Spor organizasyonları ve yerel yönetimler, bireyler için özel programlar ve etkinlikler düzenleyerek bu bireylerin sosyal entegrasyonunu pekiştirmeye yönelik çalışmalara odaklanmalıdır. Son olarak, engelli bireylerin spor faaliyetlerine katılımını destekleyen sosyal destek mekanizmalarının güçlendirilmesi önemlidir. Sivil toplum kuruluşları ve yerel yönetimler, bireylerin spora erişimlerini artırmak amacıyla çeşitli projeler geliştirebilir. Bu projeler, bireylerin sosyal becerilerini geliştirmek ve toplumla daha iyi bütünleşmelerini sağlamak için bir fırsat sunacaktır. Engelli bireylerin spor yapabilmesi için finansal desteklerin sağlanması bireysel ve toplumsal faydaları artırabilir. Devlet veya sivil toplum kuruluşları tarafından sağlanacak destekler, ekonomik engelleri aşarak engelli bireylerin spora katılımını kolaylaştıracaktır.

### Kaynakça

- Aksu, F. (2019). Engelli bireyler için takım sporlarının sosyal gelişim üzerindeki etkisi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(2), 45-52.
- Akyol, B. (2021). Engelli bireylerde aidiyet hissinin geliştirilmesinde sporun önemi. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 8(3), 75-85.
- Altındağ, S. (2017). Engelli bireylerin toplumsal uyum süreçlerinde sporun rolü. *Toplum ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(2), 30-45.
- Çalışkan, N. (2020). Engelli bireylerin fiziksel sağlıklarına sporun etkileri. *Toplum ve Sağlık Dergisi*, 7(1), 27-34.
- Çelik, F. (2020). Engelli bireylerin sosyal gelişiminde takım sporlarının rolü. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 12(4), 35-42.
- Çetin, S. (2018). Engelli sporcuların spor tesislerine erişim sorunları. *Spor ve Toplum Dergisi*, 5(3), 29-32.
- Demir, M. (2020). Bireysel sporların engelli bireylerin kişisel gelişimi üzerindeki rolü. *Engelli Çalışmaları Dergisi*, 4(3), 50-58.



- Demirci, S., & Yıldız, E. (2018). Engelli bireylerde stres yönetiminde sporun rolü. *Psikososyal Gelişim Dergisi*, 3(2), 50-55.
- Ersoy, M., & Kocabaş, E. (2019). Engelli bireylerin toplumsal hayata uyum sağlamasında sporun önemi. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 5(3), 43-48.
- Güler, B. (2020). Engelli bireyler için erişilebilir spor alanlarının önemi. *Fiziksel Aktivite ve Sağlık Dergisi*, 4(1), 32-35.
- Güvenç, H. (2019). Fiziksel sağlığın geliştirilmesinde sporun rolü: Engelli bireyler üzerine bir çalışma. *Spor Bilimleri Araştırma Dergisi*, 9(2), 33-39.
- Kara, B., & Demir, Y. (2020). Engelli bireylerin sosyal gelişiminde aile desteğinin önemi. *Sosyal Bilimler ve Spor Dergisi*, 10(2), 51-54.
- Karadağ, L. (2021). Engelli bireylerin özgüven gelişiminde sporun önemi. *Psikoloji ve Spor Çalışmaları Dergisi*, 11(1), 39-44.
- Karataş, Z. (2020). Engelli bireyler için spor programlarının sürdürülebilirliği üzerine bir inceleme. *Spor ve Sosyal Etkileşim Dergisi*, 6(3), 55-62.
- Kaya, A., & Şahin, F. (2018). Engelli bireylerin spor aracılığıyla sosyal beceri kazanımları. *Spor ve Toplum Dergisi*, 4(4), 50-60.
- Kaya, B. (2021). Paralimpik sporların engelli bireylerin toplumdaki algısını değiştirmedeki rolü. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 60-68.
- Özdemir, H. (2019). Sosyal uyum ve spor: Engelli bireyler üzerine bir inceleme. *Sosyal Bilimlerde Güncel Araştırmalar Dergisi*, 10(1), 65-72.
- Öztürk, R., & Ertürk, C. (2021). Engelli bireylerin spor programlarına erişiminin değerlendirilmesi. *Toplum ve Spor Araştırmaları Dergisi*, 10(1), 30-36.
- Şahin, F. (2018). Aile desteğinin engelli bireylerin spor motivasyonu üzerindeki etkisi. *Spor Psikolojisi Dergisi*, 4(1), 43-46.
- Tekin, S., & Uysal, G. (2019). Engelli bireyler için spor programlarında içerik uyarlamaları ve antrenman teknikleri. *Toplumsal Entegrasyon ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 50-57.
- Yaman, O., & Aydın, M. (2021). Tekerlekli sandalye basketbolunun engelli bireylerde sosyal uyum üzerindeki etkileri. *Engelli Sporları Dergisi*, 2(4), 55-60.
- Yıldırım, A. (2018). Erişilebilir spor tesislerinin engelli bireylerin spor katılımına etkisi. *Spor Yönetimi ve Politikaları Dergisi*, 7(2), 34-41.
- Yılmaz, A. (2018). Türkiye'de engelli bireyler için spor tesislerinin durumu. *Spor Yönetimi ve Politikası Dergisi*, 7(1), 21-24.
- Yüksel, Z., & Demirci, E. (2020). Takım sporlarının engelli bireylerde sosyal gelişim üzerine etkisi. *Spor Bilimleri Araştırma Dergisi*, 5(3), 40-49.