

THE TECHNICAL ANALYZE OF JUNIOR FREE STYLE WRESTLING GROUP CHAMPIONSHIP

YILDIZLAR SERBEST GÜREŞ GRUP MÜSABAKALARININ TEKNİK ANALİZLERİNİN İNCELENMESİ

Aydoğan SOYGÜDEN¹

Hasan EKER²

Ali Burak TOY³

Ömer MUMCU⁴

Abstract

The aim of this study to make the 30 final competition match technical analyze and determine the technical capacity of young talent in the Junior Free Style Wrestling Group Championships. This study was held in the Corum on February 15-16, 2014, 245 athletes participated from 22 provinces to the Junior Freestyle Wrestling Group Championships. Competition technical analysis study conducted in 10 different kg included 30 medal competitions. The competition 30 matches with the pre-prepared form with observation was recorded by two researchers, recordings were obtained from the technical analysis. In the competition developing ending time, way of winning, obtaining scores, ground and standing techniques level of success, objections and warning notice improved competitions technical analysis form was recorded. In statistical analysis, for each parameter percentage distribution and percentages are calculated by per match. The total duration of the competitions lasted 97.45 minutes, while the average per match was 3.24 minutes. In the competition most match winning rate was 70 % with the scores while winning match rate was 16.6 % with the pins. In the competitions way of the winning match with the scores was observed very high. Lightweight and middleweight wrestlers rate of succeed technic on the standing position found higher, in heavyweight wrestlers on the standing position they were made less faulty technic. In this study advised to reconsider technical training of wrestling coaches based on the results obtained.

Keywords: Wrestling competition, free style, technical analyze

Özet

Bu çalışmanın amacı yıldızlar serbest güreş grup müsabakalarında finalde yapılan 30 karşılaşmanın müsabaka teknik analizlerinin yapılması ve genç yeteneklerin teknik kapasitelerinin belirlenmesidir. Bu çalışma 15-16 Şubat 2014 tarihinde Çorum'da yapılan 22 ilden gelen 245 sporcunun katıldığı Yıldızlar Serbest Güreş Grup Şampiyonasında yapılmıştır. Müsabaka teknik analiz çalışması 10 sıklıkta yapılan 30 madalya müsabakasını kapsamaktadır. Yapılan 30 karşılaşma önceden hazırlanmış gözlem formu ile 2 araştırmacı tarafından kaydedilmiş, yapılan kayıtlardan teknik analizler elde edilmiştir. Müsabaka içerisinde gelişen bitiş süreleri, maç kazanma şekilleri, elde edilen puanlar, yerde ve ayakta yapılan teknikler, yerde ve ayakta yapılan tekniklerin başarı düzeyi, itirazlar ve alınan ihhtarlar geliştirilen müsabaka teknik analiz formuna kayıt edilmiştir. İstatiksel analizlerde, her bir parametre için yüzdeler dağılımı ve maç başına düşen yüzdeler oranlar hesaplanmıştır. Yapılan müsabakaların toplam süresi 97,45 dakika sürmüştür, maç başı ortalaması ise 3,24 dakika olmuştur. Yapılan müsabakalarda en çok maç kazanma oranı % 70 ile sayı ile olurken, tuş ile kazanma % 16,6 oranında olmuştur. Müsabakalarda sayı üstünlüğü ile maç kazanma şeklinin yüksek olduğu görülmüştür. Güreş müsabakalarında ayakta yapılan tekniklerin daha fazla olduğu belirlenmiştir. Hafif ve orta sıklıklerdeki güreşçilerin ayakta başarılı teknik yapma oranı yüksek bulunmuş, ağır sıklıklerde ayakta daha az hatalı teknik yapılmıştır. Bu çalışmada antrenörlerin elde edilen bulgulara göre teknik antrenmanlarını yeniden gözden geçirmeleri tavsiye edilir.

Anahtar Kelimeler: Güreş müsabakaları, serbest stil, teknik analiz

¹ Ogr.Gör.Dr.Hitit Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, aydogan38@hotmail.com

² Yrd.Doç.Dr.Hitit Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, hasaneker@hitit.edu.tr

³ Y.Lisans Öğrencisi. Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı

⁴ Y.Lisans Öğrencisi. Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı

GİRİŞ

Güreş; karşılıklı iki kişinin hiçbir malzeme ve araç kullanmadan belli kurallar dâhilinde belli bir süre ve belli bir alan üzerinde, tüm fizyolojik ve psikolojik güçlerini kullanarak birbirlerinin sırtını yere getirme veya teknik üstünlük sağlamak için yapmış oldukları bir mücadeledir (Açak, 2005: 209). Başka bir tanımda ise “Güreş; iki kişinin çeşitli oyunlarla birbirinin sırtını yere getirmek için yaptıkları mücadeledir. Cemal Alpman’a göre güreş, ”bütün vücut bölümlerinin ortak çalışmasını gerektiren, ayrıca cesaret, intikal sureti, refleks, beceri, dayanıklılık ve kuvvet isteyen bir faaliyet olması nedeniyle hazırlığına erken yaşlarda başlanması icap eden yakın mücadele sporudur” (Avcuoğulları,1993: 13).

Güreş; aerobik ve anaerobik ortamın birlikte kullanıldığı, sürat, kuvvet, çabukluk, esneklik, denge, kassal ve kardiovasküler dayanıklılık, koordinasyon gibi faktörlerin performansı etkilediği bir spor dalı olarak tanımlanmaktadır (Alpay, 2000: 9).

Dünya tarihinde atletizmle birlikte en eski spor olan güreş, iki kişinin minder üzerinde çeşitli tutuş, oyun ve taktik varyasyonlarla birbirine üstün gelmesini amaçlayan ve yaparken de bazı kural ve kaidelere uymak zorunda oldukları bir spor dalıdır (Pepe vd., 2006: 1063).

Güreşin insanların mücadele gerektiren en eski uğraşları arasında gösterildiği bilinmekte olup, insanın korunmaya yönelik, tutma, atma, boğma gibi bedensel faaliyetlerinin zamanla karşılıklı kuvvet denemelerine dönüşmesi sonucu ortaya çıktığı yaygın görüştür. Dünyada pek çok milletin kültürel özelliklerini yansıtan, temelde iki kişinin karşılıklı mücadelesi şeklinde kategorilerde yapılan güreş çeşitleri vardır. Japonya’da Judo, İran’da Kurt-Glaki ve Mazanderam, Rusya’da Tchdadba Guech, Kouresse Kork ve Sambo, İzlanda’da Plima, Kazakistan’da Kureş, Tataristan’da Kuraş, İspanya’da Konarska, Amerika’da Keç-Es Pakistan’da Kutsi ve Gürcistan’da Çuda Oba gibi isimler almışlardır (Karahüseyinoğlu, 2007: 71).

Klasik güreşin eski Yunan döneminde var olduğu bilinmektedir. Bu dönemdeki güreş rakibin sadece üst tarafıyla yapılırdı. Asıl amacı rakibi yere sermektir. Japonya da Judo ve güreş çeşitleri vardı. Bu güreşler yüzyılımızın başında Avrupa’ya yayıldı. 1930’larda Sovyetler Birliğinde Sambo isimli güreş ortaya çıktı. Yüzyılın başında güreş olimpiyatlarda kabul gördü. 1904’te yapılan St. Louis olimpiyatlarında yer aldı. Modern güreş diğer güreşlerin hepsinden derleme şeklinde bir araya gelmiştir. Tarihte Tacikler, Gürcüler, Azeriler, Türkler, İranlılar ve diğer benzer halkların birçoğu çimlerin üzerinde güreş yaptılar. Yakutlarda karın üzerinde güreşirdi (Priobrejenskiy, 1979: 9-10).

Serbest güreş, ilk kez 1904’te St. Louis Olimpiyatları’nda resmi olarak uygulandı. Serbest stilde ilk Avrupa Şampiyonası 1929’da düzenlendi. Türkiye’de ilk Serbest Güreş Şampiyonası 1935’te düzenlenmiştir (Güreş Dosyası, 2014).

Ülkemizde güreşin en önemli otantik organizasyonu olan “Tarihi Kırkpınar Yağlı Güreşleri” diğer yandan 641. yılına erişen geçmişiyile de bugün için bu branşın en uzun süredir süreklilik arz eden organizasyonu niteliğindedir. Ülkemizde ata sporu olarak bilinen ve olimpiyatlardan sonra en eski spor branşı olarak bilinen “yağlı güreş” ulusal ve son zamanlarda da uluslararası alanda da yoğun bir ilgi ile izlenmekte ve takip edilmektedir (Gümüş ve Barut, 2006: 329).

Bu çalışmanın amacı yıldızlar serbest güreş grup müsabakalarında yapılan tekniklerin incelenmesi ve genç yeteneklerin teknik kapasitelerini belirleyip geleceğe daha iyi hazırlanmalarına yardımcı olmaktır.

METOD

15-16 Şubat 2014 tarihinde Çorum'da yapılan Yıldızlar Serbest Güreş Grup Şampiyonasının müsabaka teknik analizleri yapılmıştır. Müsabaka teknik analizleri 10 sıklitte 30 final müsabakasını kapsamaktadır. Önceden hazırlanmış müsabaka formu iki araştırmacı tarafından gözlem yoluyla tespit edilerek doldurulmuştur. Müsabaka gözlem formunda; Müsabakaların bitiş süreleri, maç kazanma şekilleri, elde edilen puanlar, yerde ve ayakta yapılan teknikler, yerde ve ayakta yapılan tekniklerin başarı düzeyi, itirazlar ve alınan ihtarlar geliştirilen müsabaka teknik analiz formuna kayıt edilmiştir. Müsabakaların yüzdelerle dağılımlarında her bir parametre hesaplanarak yüzdelerle oranların alınmıştır. Yıldızlar müsabakaları 2 devreden 4 dakika sürmektedir. Müsabakalarda tuş, sayı tuşu ve sakatlık nedeniyle verilen müsabaka süreleri daha erken bitmektedir.

Müsabakalarda kilolar gruplandırılarak, (39-42 kg), 46, 50, 54 kilolar hafif sıklitler olarak, 58, 63, 69 ve 76 kilolar orta sıklitler olarak ve 85, (85-100) kilolar ise ağır sıklitler olarak dağılımları yapılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1.

Sıklitlerin Kilolara Göre Dağılımı

Müsabaka Sıklitleri	Kilolar
Hafif Sıklitler	(39-42), 46, 50, 54
Orta Sıklitler	58, 63, 69, 76
Ağır Sıklitler	85, (85-100)

Tablo 2.

Müsabakaların sürelere göre dağılımları

Müsabaka Sayısı	Toplam Süre	Maç Başı Ortalama Süre
30	97,45 dakika	3,24 dakika

Tablo 2'de yapılan 30 madalya müsabakasının toplam süresi 97,45 dakika olmakla birlikte, maç başı ortalama süresi ise 3,24 dakika olmuştur.

Tablo 3.

Müsabakaların galip gelme durumlarına göre dağılımları

Sayı ile galip gelme	% 70
Tuş ile galip gelme	% 16,6
Sayı tuşu ile galip gelme	% 10,4
Hükmen (Sakatlık) ile galip gelme	% 3
Toplam	% 100

Tablo 3’de yapılan maçlarda en çok maç kazanma oranı %70 sayı ile galip gelinmiştir.

Tablo 4.

Teknik yapılış türüne göre dağılımı

Yerde yapılan teknik	Ayakta yapılan teknik
% 13	% 87

Tablo 4’de Güreşçiler toplamda 215 teknik yapmışlardır. Yapılan tekniklerin %87’si ayakta, %13’ ü yerde yapılan tekniklerden oluşmaktadır.

Tablo 5.

Ayakta yapılan tekniklerin sıklet gruplarına göre sayısı ve başarı oranı

Sıkletler	Başarılı Teknik	Başarısız Teknik	Toplam Sayı	Tekniklerin Yüzdellik Dağılımı	Sıkletlerin Başarı Oranı	Sıkletlerin Başarısız Oranları	Oranlar Toplamı
Hafif Sıklet	52	30	82	% 44	% 63,4	% 36,4	% 100
Orta Sıklet	46	24	70	% 38	% 65,7	% 34,3	% 100
Ağır Sıklet	26	8	34	% 18	% 76,4	% 23,6	% 100
Toplam	124	62	186	% 100	% 66,6	% 33,4	% 100

Tablo 5’te Hafif sıklet güreşçileri ayakta % 44 ile daha çok teknik yapmıştır. Ağır sıklet güreşçileri ise ayakta % 76,4 oranında en fazla başarılı teknik yapan grup olmuştur.

Tablo 6.

Yerde yapılan tekniklerin sıklet gruplarına göre dağılımı

Sıkletler	Başarılı Teknik	Başarısız Teknik	Toplam Sayı	Tekniklerin Yüzdellik Dağılımı	Sıkletlerin Başarı Oranı	Sıkletlerin Başarısız Oranları	Oranlar Toplamı
Hafif Sıklet	8	1	9	% 30	% 88,8	% 11,2	% 100
Orta Sıklet	6	1	7	% 24	% 85,7	% 14,3	% 100
Ağır Sıklet	12	1	13	% 46	% 92,3	% 7,7	% 100
Toplam	26	3	29	% 100	% 89,6	% 10,4	% 100

Tablo 6’da yerde yine ağır sıklet güreşçileri % 46 oranında en fazla oyun yapan güreşçiler olmuştur.

Tablo 7.

Ayakta yapılan tekniklerin yüzdelerik dağılımı

Oyun adı	Hafif Sıklet (%)	Orta Sıklet (%)	Ağır Sıklet (%)	Toplam(%)
Tek Dalma	25 (% 29)	24 (% 36)	9 (% 26)	58 (% 31)
Çift Dalma	24 (% 28)	14 (% 21)	7 (% 20)	45 (% 24)
Bastırma	19 (% 22)	10 (% 15)	7 (% 20)	36 (% 19)
Minder Dışına Çıkartma	3 (% 3,5)	5 (% 7,5)	3 (% 9)	11 (% 6)
Salto	2 (% 2,5)	4(% 6)	3 (% 9)	9 (% 5)
Dana Bağı	4 (% 4,5)	2 (% 3)	2 (% 6)	8 (% 4)
Koltukaltı	2 (% 2,5)	1 (% 1,5)	2 (% 6)	5 (% 3)
Geçme				
Tek Kol	2 (% 2,5)	2 (% 3)	1 (% 3)	5 (% 3)
Diğer Oyunlar	5 (% 6)	4 (% 6)	0	9 (% 6)
Toplam	86 (% 100)	66 (% 100)	34 (% 100)	186 (% 100)

Tablo 7’de ayakta yapılan tekniklere göre tek dalma ve çift dalma tekniği en çok uygulanan teknik olmuştur.

Tablo 8.

Yerde yapılan tekniklerin yüzdelerik dağılımı

Oyun Adı	Hafif Sıklet (%)	Orta Sıklet (%)	Ağır Sıklet (%)	Toplam (%)
Çırpma	2 (% 22)	3 (% 37,5)	8 (% 73)	13 (% 45)
Kilit	4 (% 45)	2 (% 25)	0	6 (% 21)
Künde	1 (% 11)	1 (% 12,5)	1 (% 9)	3 (%10)
Bohçalama	1 (% 11)	1 (% 12,5)	1 (% 9)	3 (% 10)
Kle	1 (% 11)	1 (% 12,5)	0	2 (% 7)
Kravat	0	0	1 (% 9)	2 (% 7)
Toplam	9 (% 100)	8 (% 100)	11(% 100)	29 (% 100)

Tablo 8’de yerde yapılan tekniklerde ağır sıklet güreşçilerin en çok çırpmayı yaptıkları görülmektedir.

Tablo 9.

Antrenör itirazlarının dağılımı

Antrenör İtirazları	İtiraz Sayısı	%
Geçerli İtiraz	2	33
Geçersiz İtiraz	4	67
Toplam	6	100

Tablo 9’da yapılan 30 karşılaşmada 2 itiraz geçerli, 4 itiraz ise geçersiz bulunmuştur.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma da 15-16 Şubat 2014 tarihinde Çorum ilinde 22 şehirden toplam 245 güreşçinin katıldığı Yıldızlar Serbest Güreş Grup Şampiyonasında müsabaka teknik analizleri yapılmıştır. Yapılan müsabakalara 1997, 1998 ve 1999 doğumlu genç güreşçiler katılmıştır. Müsabakalarda 17 Aralık 2013 tarihinde uygulanmaya başlanan UWW (United World Wrestling) kuralları uygulanmıştır (Türkiye Güreş Federasyonu, 2014). Madalya müsabakalarına çıkan 60 güreşçinin 10 farklı sıklette yapmış olduğu 30 final müsabakasının teknik analizleri yapılmıştır

Yapılan 30 final müsabakasının toplam süresi 97,45 dakika, maç başına düşen ortalama süre ise 3,24 dakikadır (Tablo 2). Müsabakaların galip gelme durumlarına bakıldığında sayı ile galip gelme % 70, tuş ile galip gelme % 16,6 ve sayı tuşu ile galip gelme oranlarını %10,4 olarak belirlenmiştir. Sayı ile galip gelme oranlarının yüksek olması sporcuların güç dengelerinin birbirlerine yakın olduğunu göstermektedir. Bu durum sporcuların maçın son dakikasına kadar mücadele ettiğini ortaya koymaktadır (Tablo 3). 2001 yılında İzmir’de yapılan Avrupa Yıldızlar Serbest ve Greko-Romen Güreş Şampiyonasında serbest stilde % 62 oranında sayı üstünlüğü ile maç kazanma daha yüksek bulunmuştur (İmamoğlu ve ark., 2002).

Müسابakalarda yapılan incelemelerde yerde yapılan teknik oranı %13 ve ayakta yapılan tekniklerde % 87 oranında bulunmuştur. Diğer bir ifade ile ayakta yapılan teknik sayısı yüksek bulunmuştur (Tablo 4). 2011 Dünya Büyükler Güreş Şampiyonasında, serbest stilde ayakta % 62,8 oranında teknik yapılmıştır (Dokmanac ve ark., 2012).

Ayakta yapılan tekniklerin başarı oranlarına bakıldığında, hafif sıklletlerde % 63,4, orta sıklletlerde % 65,7 ve ağır sıklletlerde % 76,4 oranında başarılı teknikler uygulanmıştır (Tablo 5). Yerde yapılan tekniklerin başarı oranlarına bakıldığında, hafif sıklletlerde % 88,8, orta sıklletlerde %85,7 ve ağır sıklletlerde % 92,3 oranında başarılı teknik uyguladıkları görülmektedir (Tablo 6).

Ayakta yapılan tekniklere bakıldığında, bütün sıkllet gruplarında en çok yapılan teknik tek dalma, çift dalma ve bastırma olmuştur (Tablo 7). 2011 Dünya Büyükler Güreş Şampiyonasında, serbest stilde ayakta hafif sıklletlerde % 44 oranında tek dalma ve çift dalmanın daha fazla yapıldığı görülmüştür. Orta sıklletlerde % 64 bastırma tekniği ile en fazla puan toplanmıştır. Ağır sıklletlerde en fazla puan %31 ile minder dışına çıkarmadan elde edilmiştir (Dokmanac ve ark., 2012). 2001 yılında İzmir’de yapılan Avrupa Yıldızlar Serbest ve Greko-Romen Güreş Şampiyonasında serbest stilde ayakta yapılan tekniklerde en fazla % 29 ile tek dalma, % 14 ile boyunduruk ve % 8 ile çift dalma tekniği uygulanmıştır (İmamoğlu ve ark., 2002).

Yerde yapılan tekniklere bakıldığında, hafif ve orta sıklletlerde en çok yapılan teknik çırpma ve kilit olmuş, ağır sıklletlerde çırpma en çok yapılan teknik olmuştur (Tablo 8). 2011 Dünya Büyükler Güreş Şampiyonasında, serbest stilde yerde yapılan tekniklerde hafif sıklletlerde en fazla uygulanan teknik % 66 oranında çırpma tekniği olduğu görülmüştür. Orta sıklletlerde en fazla puan % 36 oranında sırtını mindere çevirerek elde edilen puanlardan olmuş, ağır sıklletlerde yer pozisyonlarında % 62 oranında

parterde karşı ataktan daha fazla puan toplanmıştır (Dokmanac ve ark., 2012). 2001 yılında İzmir’de yapılan Avrupa Yıldızlar Serbest ve Greko-Romen Güreş Şampiyonasında serbest stilde yerde yapılan tekniklerde en fazla % 22 ile çarpma tekniği uygulanmıştır (İmamoğlu ve ark., 2002).

Sonuç olarak müsabakaların teknik analizleri incelendiğinde sayı üstünlüğü ile kazanmaların daha fazla olması güreşçilerin birbirlerine denk olduğunu, müsabaka sonuna kadar mücadele ederek sayı üstünlüğü ile kazandıklarını göstermektedir. Güreşçilerin birbirleri arasında direnç göstererek mücadeleler yapmaları rekabeti artırdığı gibi, daha başarılı güreşçilerin çıkmasına sebep olmaktadır. Serbest stildeki bütün sıklıkta ayakta % 66 oranında başarılı teknikler uygulanmıştır. Ayakta başarılı teknik yapma oranının artırılması gerekliliği ortaya çıkmıştır. Serbest stilde ayakta en fazla yapılan teknikler tek dalma, çift dalma ve bastırma olmuştur. Yerde başarılı teknik yapma oranı % 89 oranındadır ve bu oranın çok iyi olduğu söylenebilir. Yerde en fazla yapılan teknikler çarpma ve kilit teknikleri olmuştur. Bu sonuçlara göre ayakta teknik yapma oranı daha yüksek bulunmuş, yerde teknik yapma oranı düşüktür. Antrenörlerin yerde yapılan teknik çalışmalarını artırmaları tavsiye edilmektedir. Bununla beraber ayakta en fazla yapılan teknikleri daha çok çalışarak kusursuz hale getirmeleri önerilmektedir. Ayrıca ayakta başarılı teknik yapma oranının yükseltilmesi gerekmektedir.

KAYNAKÇA

- AÇAK, M., 2005. Beden Eğitimi Öğretmeninin El Kitabı, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, 352s.
- ALPAY, B., 2000. “Türkiye’de Serbest Güreş A Milli Takımı İle Niğde Üniversitesi Güreş Takımı Güreşçilerinin Bazı Dolaşım Ve Solunum Parametrelerinin Karşılaştırılması”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- AVCUOĞULLARI, C., 1993. Türkiye Güreş Ligine Katılan Kulüplerin Çalışma Şartları ve Sporcu Kaynakları, İstanbul Güreş İhtisas Kulübü Koruma Vakfı Yayınları No:6, C Yayınları Matbaası, İstanbul, 125s.
- DOKMANAC M, KARADZİC P, DODER D. - STATISTICAL ANALYSIS OF THE WRESTLING WORLD CHAMPIONSHIPS: ISTANBUL-2011 International Journal of Wrestling Science 2012; 2 (1),53-66.
- GÜMÜŞ, M. ve BARUT, Ç., 2006. “Geleneksel Yağlı Güreş Yapan Sporcuların Antropometrik Profillerinin Belirlenmesi”, 9. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Muğla Üniversitesi, ss. 328-332
- GÜREŞ DOSYASI, 2014. <http://www.guresdosyasi.com/ilkler.html> (Erişim Tarihi: 20.08.2014)
- İMAMOĞLU O, ATAN T, KOLUKISA Ş, KALDIRIMCI M, KİSHALI N.F. 2002.Yıldızlar Avrupa Serbest ve Greko-Romen Güreş Şampiyonası Müsabaka Analizi, Atatürk Üniversitesi BESYO, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi 29-37.

Soygüden, A., Eker, H., Toy, A. B. & Mumcu, Ö. (2014). Yıldızlar Serbest Güreş Grup Müsabakalarının Teknik Analizlerinin İncelenmesi, ss 186-193

- KARAHÜSEYİNOĞLU, M.F., 2007. “Küreselleşme ve Geleneksel Türk Sporları”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- PEPE, H., vd., 2006. “Türk Güreş Hakemlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, 9. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Muğla Üniversitesi, s.1063.
- PRIOBREJENSKIY, S.A., 1979. Valnaya Barba, Fizkultura i sport, Moskva, 127s.
- TÜRKİYE GÜREŞ FEDERASYONU 2014. <http://www.tgf.gov.tr/yeni-kural-degisiklikleri-ve-sikletler/> (Erişim Tarihi: 20.08.2014)