

**T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı
Hareket ve Antrenman Bilimleri Bilim Dalı**

**FİZİKSEL ETKİNLİK KARTLARI UYGULAMASININ
11-13 YAŞ ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN
KOORDİNASYON BECERİSİ ÜZERİNE ETKİSİNİN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Göksel AŞAN

**Danışman
Dr.Öğr. Üyesi Sevinç SERİN YAMAN**

İstanbul – 2023

TEZ TANITIM FORMU

Yazar Adı Soyadı : Göksel AŞAN

Tezin Dili : Türkçe

Tezin Adı : Fiziksel Etkinlik Kartları Uygulamasının 11-13 Yaş Ortaokul Öğrencilerinin Koordinasyon Becerisi Üzerine Etkisinin İncelenmesi

Enstitü : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı : Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı

Tezin Türü : Yüksek Lisans

Tezin Tarihi : 02.06.2023

Sayfa Sayısı : 86

Tez : Dr.Öğr. Üyesi Sevinç SERİN YAMAN

Danışmanları

Dizin Terimleri : Fiziksel Etkinlik Kartları, Koordinasyon, Beden Eğitimi ve Spor, Çocuk Beden Koordinasyon Testi

Türkçe Özet : Fiziksel Etkinlik Kartlarının çocukların koordinasyon becerisinin gelişimine katkısının olup olmadığının incelenerek, Fiziksel Etkinlik Kartlarının işlevselliğinin ve Beden Eğitimi dersinin amaçları üzerinde etkisini araştırmak hedeflenmiştir

Dağıtım Listesi : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

İmzası

Göksel AŞAN

**T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı
Hareket ve Antrenman Bilimleri Bilim Dalı**

**FİZİKSEL ETKİNLİK KARTLARI UYGULAMASININ
11-13 YAŞ ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN
KOORDİNASYON BECERİSİ ÜZERİNE ETKİSİNİN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Göksel AŞAN

**Danışman
Dr.Öğr. Üyesi Sevinç SERİN YAMAN**

İstanbul – 2023

BEYAN

Bu tez hazırlanırken bilimsel ahlak kaidelerine uyulmuş, diğer eserlerden faydalanıldığında ilmi normlara uygun olarak atıfta bulunulmuş, kullanılan donelerde değiştirme yapılmamıştır. Tezin herhangi bir bölümünün bu üniversite ya da başka bir üniversitedeki diğer bir tez olarak sunulmadığını bildiririm.

Göksel AŞAN

.../.../2023



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Göksel AŞAN.'ın Fiziksel Etkinlik Kartları Uygulamasının 11-13 Yaş Ortaokul Öğrencilerinin Koordinasyon Becerisi Üzerine Etkisinin İncelenmesi adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Antrenörlük Eğitimi anabilim dalı, Hareket ve Antrenman Bilimleri bilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

İmza

Başkan

Doç. Dr. Mehmet SOYAL

İmza

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Sevinç

SERİN YAMAN

(Danışman)

İmza

Üye

Doç. Dr. Aydın PEKEL

İmza

Üye

DR. ÖĞR. Üyesi Okan

KILIÇKAYA

İmza

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

... / ... / 2023

İmzası

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

Bu çalışmaya, toplam 32 ortaokul öğrencisi katılmıştır. Yapılan çalışmada, 10 haftalık uygulanan fiziksel etkinlik kartlarında bulunan oyunların, koordinasyon becerisi üzerine etkisinin olup olmadığı, parametreler arasında fark oluşup oluşmadığı, farklılık varsa hangi düzeyde olduğunun incelenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmaya yaş aralığı 11-13 yaş arasında olan 16 kız/16 erkek toplam 32 gönüllü öğrenci katılmıştır. Denek gruplarının her ikisine de çalışmaya başlamadan önce deneklerin, boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ve çocuk beden koordinasyon testinde bulunan geriye dengeleme, tek ayak sekme, yanlara sıçrama, platformla yanlara adımlama test parametreleri uygulanmış olup 10 hafta boyunca 3 günlük egzersizlerin sonunda testler tekrar yinelenmiştir. Alınmış olan veriler elektronik ortama aktarılarak ortalama ve standart sapma olarak verilmiştir. Verilerin analizinde, normal dağılım gösterip göstermediklerini belirlemek adına Shapiro- Wilk testi uygulanmış, çarpıklık ve basıklık kat sayıları $+3$ aralığında değerlendirilmiştir. Veriler normal dağılım gösterdiği için bağımlı grup karşılaştırması için parametrik testlerden Repeated Measures Anova testi uygulanmıştır. Verilerin etki büyüklüğü istatistiksel verisi için bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerinde ne derecede etkili olduğunu belirlemek adına Eta Kare (η^2) ilişileşim katsayısı testi uygulanmıştır.

Yapılan analizlere göre; grup içi ön ve son testler arasında vücut ağırlığı ve boy ölçümleri de yapılmıştır. Çocukların koordinasyon becerisi özelliklerine bakıldığında tüm parametrelerde gelişim olduğu görülmektedir. Ortaya çıkan bu durumun özellikle, uygulanan eğitsel oyunların çocukların motor koordinasyon beceri puanlarını arttırdığı belirtilebilir.

Yapılan çalışmada kullanılan Fiziksel Etkinlik Kartlarındaki etkinliklerin 11-13 yaş ortaokul öğrencilerinin geriye dengeleme, tek ayak sıçrama, yanlara sıçrama ve platformla yanlara adımla parametrelerine pozitif etki gösterdiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Etkinlik Kartları, Koordinasyon, Beden Eğitimi ve Spor, Çocuk Beden Koordinasyon Testi

SUMMARY

A total of 32 secondary school students participated in this study. In the study, it was aimed to examine whether the games in the physical activity cards applied for 10 weeks have an effect on coordination skills, whether there is a difference between the parameters, and if there is a difference, at what level.

A total of 32 volunteer students, 16 girls/16 boys, whose age range was between 11-13 years, participated in the study. Before starting the study, the test parameters of backward balancing, one foot bounce, side jump, side step with platform were applied to both of the subject groups, and the tests were repeated at the end of the 3-day exercises for 10 weeks. The collected data were transferred to electronic environment and given as mean and standard deviation. In the analysis of the data, the Shapiro-Wilk test was applied to determine whether they showed a normal distribution, and the coefficients of skewness and kurtosis were evaluated in the range of ± 3 . Since the data showed normal distribution, the Repeated Measures Anova test, one of the parametric tests, was used for dependent group comparison. For the statistical data of the effect size of the data, the Eta Squared (η^2) correlation coefficient test was applied in order to determine the effect of the independent variable on the dependent variable.

It can be said that the activities in the Physical Activity Cards used in the study had a positive effect on the parameters of back balancing, one-leg jumping, side-by-side jumping and stepping sideways with the platform of middle school students aged 11-13.

Keywords: Physical Activity Cards, Coordination, Physical Education and Sports, Child Body Coordination Test

İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
SUMMARY	ii
İÇİNDEKİLER.....	iii
TABLolar LİSTESİ	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ	ix
ÖNSÖZ	x
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM GENEL BİLGİLER

1.1. Eğitim	6
1.1.1.Eğitimin Önemi ve Amacı	7
1.2.Öğretim.....	8
1.3.Beden Eğitimi	8
1.3.1.Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Önemi Ve Amacı	9
1.3.2.Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Faydaları	10
1.3.3.Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı	10
1.4.Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK)	11
1.4.1.Fiziksel Etkinlik Kartları İle İlgili Yapılmış Çalışmalar	12
1.5.Gelişim	14
1.5.1.Gelişim İle İlgili Kavramlar	15
1.5.1.1.Büyüme	15
1.5.1.2.Olgunlaşma	15
1.5.1.3.Öğrenme	16
1.5.1.4.Hazırbulunuşluluk	16
1.5.1.5.Kritik Dönem.....	17

1.5.2.Gelişim Dönemleri	17
1.5.2.1.Bebeklik Dönemi (0-2)	18
1.5.2.2.İlk Çocukluk Dönemi (2-6 Yaş)	19
1.5.2.3.Son Çocukluk Dönemi (6-12 Yaş)	19
1.5.2.4.Ergenlik Dönemi	20
1.5.3.Gelişim Alanları	22
1.5.3.1.Bilişsel Gelişim	22
1.5.3.2.Duyuşsal Gelişim.....	23
1.5.3.3.Fiziksel Gelişim.....	23
1.5.3.4.Motor Gelişim	24
1.5.4.Psikomotor Gelişim Alanları	25
1.5.4.1.Refleks Hareketler Dönemi.....	25
1.5.4.2.İlkel Hareketler Dönemi	25
1.5.4.3.Temel Hareketler Dönemi.....	26
1.5.4.4.Spor Hareketler Dönemi	27
1.5.5.Motor Gelişim İle İlgili Anahtar Kavramlar	27
1.5.5.1.Motor Hareket	27
1.5.5.2.Motor Performans	28
1.5.5.3.Motor Davranış	28
1.5.5.4.Motor Öğrenme	29
1.5.6.Temel Motor Beceriler	29
1.5.6.1.Lokomotor Beceriler	29
1.5.6.2.Non-Lokomotor Beceriler	30
1.5.6.3.Manipülatif Beceriler	30
1.6.Temel Motorik Özellikler	30
1.6.1. Kuvvet.....	31

1.6.2.Dayanıklılık.....	31
1.6.3.Sürat.....	32
1.6.4.Esneklik	32
1.6.5.Koordinasyon (Beceri)	33
1.6.5.1.Koordinasyonu Etkileyen Faktörler.....	34

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1.Araştırma Modeli	35
2.2.Araştırma Grubu	35
2.3.Veri Toplama Araçları.....	36
2.3.1. Boy Ölçümleri.....	37
2.3.2. Ağırlık Ölçümleri	37
2.4.Test Ölçümleri	37
2.4.1.Geriye Dengeleme.....	37
2.4.1.1.Geriye Dengeleme Test Görselleri	38
2.4.2.Tek Ayak Sekme	38
2.4.2.1.Tek Ayak Sekme Test Görselleri	39
2.4.3.Yanlara Sıçrama	39
2.4.3.1.Yanlara Sıçrama Test Görselleri	40
2.4.4.Platformlarla Yanlara Adımlama	40
2.4.4.1.Platformla Yanlara Adımlama Test Görselleri.....	41
2.5.İstatistiksel Analiz.....	42

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	49
KAYNAKÇA	53



KISALTMALAR

FEK	: Fiziksel Etkinlik Kartları
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
MK	: Motor Koordinasyon
KTK	: Çocuk Beden Koordinasyon Testi
SS	: Standart Sapma



TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Çeşitli kuramlara göre gelişim dönemleri.....	18
Tablo 2. Araştırma grubu yaş, cinsiyet ve kişi sayısı.....	35
Tablo 3. Ön test - son test kontrol gruplu seçkisiz desen.....	36
Tablo 4. Araştırmaya dahil olma ve dışlanma kriterleri.....	36
Tablo 5. Geriye dengeleme tablosu.....	37
Tablo 6. Tek ayak sekme tablosu.....	38
Tablo 7. Yanlara sıçrama tablosu.....	39
Tablo 8. Platformlarla yanlara adımlama tablosu	40
Tablo 9. Deney grubuna uygulanacak olan etkinlik planı.....	41
Tablo 10. Katılımcıların tanımlayıcı istatistikleri.....	43
Tablo 11. Tanımlayıcı istatistik tablosu	44
Tablo 12. Normallik incelemesi.....	45
Tablo 13. Geriye dengeleme ölçümlerinin ön ve son test değerleri	46
Tablo 14. Tek ayak sıçrama ölçümlerinin ön ve son test değerleri	46
Tablo 15. Yanlara sıçrama ölçümlerinin ön ve son test değerleri	47
Tablo 16. Platformla yanlara adımlama ölçümlerinin ön ve son test değerleri.....	47
Tablo 17. Toplam test puanı ölçümlerinin ön ve son test puanları.....	48

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Psikomotor Gelişim Alanları	25
--	----



ÖNSÖZ

Yaptığım bu çalışmada; tezin başlangıcından bitimine kadar desteğini, yönlendirmesini ve ilgisini benden esirgemeyip, yüksek lisans hayatım boyunca bana destek veren sayın danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Sevinç SERİN YAMAN'a, bilgilerinden, tecrübelerinden faydalandığım çalışmalarında bana ışık tutan değerli eşim Bahar SANDIKÇI AŞAN'a ve tez yazımında bana eşlik eden, teknik ekibimizde beraber görev yaptığım meslektaşlarım Mutlucan ZAVOTÇU ve Sefa ÇAKMAKÇI'ya sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tez uygulama sürecimde, sonsuz destekleri için Kıraç Nüzhet Usta Bilginca Ortaokulu bünyesinde ki müdürüme ve mesai arkadaşlarıma, tez çalışmamda gönüllü katılım sağlayıp bana destek veren tüm öğrencilerime çok teşekkür ederim.

Son olarak bu yüksek lisans tezimi, benim bu günlere gelmem için hiçbir fedakârlıktan kaçınmayan, beni bu günlere sevgi ve saygı sözcüklerinin anlamlarını bilecek şekilde büyütüp yetiştiren ve benden hiçbir zaman desteğini esirgemeyen bu hayattaki en büyük şansım olan anne, babam ve kardeşime sonsuz minnettarlarımı sunarım.

Göksel AŞAN

GİRİŞ

Toplulukların gelişim sağlamaları ve belirledikleri hedeflere ulaşabilmeleri için gerçekleştirmeleri gereken ana amaçlar vardır. Bu hedefler arasında, fiziksel ve zihinsel anlamda bir bütün olarak sağlıklı nesiller yetiştirmek kesin olarak yer almaktadır. Teknoloji ve bilim alanında yaşanan gelişmelerin de etkisiyle her geçen gün biraz daha gelişme kaydedilen ve gelecek sağlıklı nesillerin temelini atılmasında hayati bir rolü bulunan beden eğitimi ve spor dersi de bu hedeflere oldukça önemli derecede katkı sağlamaktadır.

Spor, insanların kendilerini gerçekleştirebilmelerine, kanıtlamalarına, ispat etmelerine olanak sağlayan; bununla birlikte fiziksel ve zihinsel manada sağlıklı ve dengeli bir biçimde gelişebilmeleri için en ama en önemli araçtır. Çocuk ve gençlerimize katabileceğimiz en büyük katkı, onlara verebileceğimiz en değerli armağan; onların doğru biçimde, uygun yaşta, uygun zamanda, uygun spora yönlendirilmelerine aracı olmak ve bu sayede aktif bir yaşam biçimi oluşturmalarına olanak sağlayarak sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamaktır (Zavotçu, 2023, s.3).

Çocuğun aktif bir şekilde spor etkinliğine katılmasının an hedefleri; sahip olduğu sinir-kas koordinasyonunu ve dayanıklılık, kuvvet, esneklik gibi motorik özelliklerinin seviyelerini yükseltmek ve geliştirmektir. Bu özellikler, ilk çocukluk dönemindeki bireylerde oyun şekilleri altında eğitsel yaklaşımla yapılan uygulamalarla kazandırılmalıdır (Tuzcuoğlu, 2007, s.4).

İstemli ve istemsiz hareketlerin; uyumlu, amaca yönelik bir hareket dizisi şeklinde uygulanması anlamına gelen, organizmanın sinirsel bir gücü olarak da belirtilebilecek koordinasyonun çocuklardaki gelişimi, özellikle okul öncesi dönemde el, parmak ve ayak gibi uzuvlarda estetik hareketlerin uygulanmasıyla oldukça alakalıdır. Ayak ya da el ile yapılacak en iyi motorik hareketler, çocuklarda özellikle tekrarlı egzersizleri gerektirir. Egzersiz intensitesini artırma ve amaca yönelik egzersiz için demonstrasyon ve karşılaştırarak öğrencinin hareket özelliklerini değerlendirme en önemli açılardan biridir (Tuzcuoğlu, 2007, s.4).

Beden eğitimi, belirli bir plan ve program dâhilinde fiziksel hareketlerin hayata aktarımıdır. ‘Beden eğitimi; insanın bedensel, zihinsel ve ruhsal gelişimini sağlar. İnsanların sosyal yaşantılarının gelişimine ve kişiliklerini bulmalarında kritik önem

arz etmektedir. Beden eğitimi, bireyin bedensel ve ruhsal sıhhatini korumaya, koordinasyon düzeyini geliştirmeyi amaçlayan, dışsal etkenlere ve bireylerin sahip oldukları özelliklere göre farklılık gösterilebilen, kuralları esnek, eğitsel oyun, cimnastik ve sporla ilgili araştırma çalışmalarının tamamını içerisine alan oldukça geniş tabanlı bir etkinliktir” (Yılmaz, 2018, s.11-12).

Ulusal standartlara dayanan ve müfredatla karakterize edilen beden eğitiminin okul fiziksel aktivite programlarının temelini oluşturduğu söylenebilir. Beden eğitimi akademik bir husustur. Beden eğitimi, bireylerin fiziksel beceri ve uygunlukları için motor becerilerini geliştirme amaçlı hazırlanmış bir öğretim sağlar. Okullarda ders olarak müfredatta yer verilen beden eğitimi, öğrencilere hayatlarının sonuna kadar fiziksel olarak hareket edebilme güveni ve kabiliyeti sağlamakta oldukça büyük bir öneme sahiptir (Yılmaz, 2018, s.12).

Beden eğitiminin öğrencilere sağladığı katkıları sınıflandırmak gerekirse:

- a. Fiziksel aktivite seviyelerini yükseltir.
- b. Akademik başarı seviyelerini geliştirir.
- c. Öğrencilerin sınıfta etkin bir rol üstlenmelerini sağlar (Yılmaz, 2018, s.12).

İlköğretim 5 ve 8. sınıfların Beden Eğitimi ve Spor dersi öğretim müfredatını incelediğimizde; öğretmenin, Fiziksel Etkinlik Kartlarını (FEK) ders anlatım tekniği olarak kullanılmasının önerildiği görülmektedir (Ağırtaş, 2017, s.26).

1994 yılında İngiltere’de kurulan “Youngand Sport Trust” kurumunda çalışmakta olan öğretmenlerin ortaya çıkarttıkları bu yöntemin amacı, beden eğitimi ve spor programları içerisinde bulunan hareketleri gelişmesi, programın kalitesinin artması ve program dâhilindeki hususların uygulanabilir duruma gelmesidir (Ağırtaş, 2017, s.26.)

Ülkemizde 2012 yılında geliştirilen Fiziksel Etkinlik Kartları, ilköğretim öğrencilerinin temel ve özelleşmiş hareket becerilerini desteklemenin yanında yapılandırıcı anlayışa uygun olarak öğrenme ve öğretme süreci içerisinde görev üstlenmesini sağlamak amaçlanmıştır (Atlı, 2017, s.24).

Çocuklar, fiziksel etkinliklere ve hareketli oyunlara katılarak; saygıyı, iş birliğini, belli başlı kurallara riayet etmeyi, disiplinli olmayı, yardımlaşmayı, hoşgörüyü ve duygularını kontrol altına almayı öğrenir. Çocuklar bu etkinlikler

sayesinde kendilerini ifade etme fırsatı bulurken aynı zamanda da vücudunu ve yeteneklerini tanır. Etkinlikler sırasında karşılaştıkları aksiyonlarla yaratıcılık ve problem çözme gibi becerilerini keşfeder, geliştirirler. Bu tip fiziksel etkinlikler ve oyunlar sonucunda kazanılan zaferler ve başarılar, çocuğun kendisini yeterli hissetmesine, dolayısıyla olumlu bir kişiliğe sahip olmasına katkı sağlar (Beyazıt, 2012, s.10-11).

Tüm bu bilgiler paralelinde, Fiziksel Etkinlik Kartlarının, 11-13 yaş arası çocuklarda koordinasyon ve motor becerilerin gelişimi noktalarında katkılarının olduğu düşüncesi bu çalışmanın temelini oluşturmuştur.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın temel amacı, Millî Eğitim Bakanlığının hazırlamış olduğu Fiziksel Etkinlik Kartlarının çocukların koordinasyon becerisinin gelişimine katkısının olup olmadığının incelenerek, Fiziksel Etkinlik Kartlarının işlevselliğinin ve Beden Eğitimi dersinin amaçları üzerinde etkisini araştırmak hedeflenmiştir. Diğer bir amacı ise yaş ve cinsiyet faktörü ile koordinasyon becerisi arasında farklılıkların değerlendirilmesidir.

Araştırmanın Önemi

Yapılan literatür taramasında 11-13 yaş grubu ortaokul öğrencilerinin gelişim süreci genelde hızlıdır. Kas oranı gelişiminin boy artışıyla orantısız olması ve geride kalması zamanla koordinasyonda yetersizliğe ve de yer yer beceriksiz hareketlerin ortaya konulmasına neden olur (Yaman, 2018). Ayrıca Fiziksel Etkinlik Kartları uygulamalarının hareket becerileri üzerine etkisini Kaptan ve Bozkurt (2021), dikkat ve görsel algı düzeyine etkisini Altun ve Hazar (2017), akademik öğrenme zamanına etkisine Esen ve Mirzeoğlu (2018) araştırmışken koordinasyon becerisi üzerine etkisini inceleyen araştırmaya rastlanılmamıştır. Bundan dolayı bu araştırma sonucunda Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK)'nin 11-13 yaş ortaokul öğrencilerinin koordinasyon becerisi üzerine etkileri belirlenip bu kartların iyileştirilmesi ve öğrencilerin koordinasyon seviyelerinin geliştirilmesi sağlanabilir. Elde edilen bulguların ilgili eğitim öğretim kurumlarına yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın Problemi

11-13 yaş çocukların fiziksel gelişim özelliklerine bakıldığı zaman iskelet ve kas sistemi hızla geliştiği için bu dönemde çocuklarda sakarlık ve koordinasyon özelliklerinde gerileme görülmektedir. Bundan dolayı beden eğitimi ve spor derslerinde sıklıkla tercih edilen FEK'nın çocukların koordinasyon becerisi üzerine etkisi var mıdır?" sorusunu akıllara getirmektedir.

Araştırmanın Alt Problemleri

- Kontrol grubu ile deney grubunun ön test ve son test puanları arasında fark var mıdır?
- Katılımcılara uygulanacak fiziksel etkinlik kartlarındaki etkinliklerin "Geriye Dengeleme" üzerine etkisi var mıdır?
- Katılımcılara uygulanacak fiziksel etkinlik kartlarında ki etkinliklerin "Tek Ayak Sekme" üzerine etkisi var mıdır?
- Katılımcılara uygulanacak fiziksel etkinlik kartlarında ki etkinliklerin "Yanlara Sıçrama" üzerine etkisi var mıdır?
- Katılımcılara uygulanacak fiziksel etkinlik kartlarında ki etkinliklerin "Platformla Yanlara Adımlama" üzerine etkisi var mıdır?

Araştırmanın Varsayımları

Araştırmanın amacı paralelinde oluşan varsayımlar aşağıdaki gibidir:

- Araştırmada, evrenden elde edilen örneklem büyüklüğünün araştırma sonuçlarının genellenebilirliğini oluşturabilecek düzeyde olduğu,
- Verilerin toplanması noktasında faydalanılan ölçeklerin araştırmanın amacıyla birlikte önemini gösterdiği,
- Veri toplama metodu olarak Çocuk Beden Koordinasyon testinin araştırma için uygun ve yeterli olduğu değerlendirilmektedir.
- Araştırmaya katılan tüm katılımcıların açıklanan kural ve yöntemlerin tamamını tam olarak algıladıkları, ölçümler esnasında maksimum performanslarını ortaya koydukları ve her katılımcının çevresel etkenlerden eşit seviyede etkilendiği varsayılacaktır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırma motorik özelliklerden koordinasyon özellikleri ile sınırlıdır.
- Araştırma 10 hafta ve haftada 3 gün ile sınırlıdır.
- Araştırma 11 ve 13 yaş arası ortaokul öğrencileri ile sınırlıdır.
- Araştırma Fiziksel Etkinlik Kartlarındaki Mor Kartlar ile sınırlıdır.
- Araştırma Millî Eğitim Bakanlığına bağlı Esenyurt Kıraç Nüzhet Usta Bilginçan Ortaokulu ile sınırlı tutulmuştur.



BİRİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER

1.1.Eğitim

Günümüzde eğitimin birden fazla tanımı yapılmış ve eğitim kavramına birden fazla manalar yüklenmiştir. Bunun sebebi her eğitimci ve düşünürün inandıkları bakış açısı çerçevesinde eğitimi anlamlandırmasıdır.

Eğitim, eskiden belirlenmiş temellere göre insanların davranışlarında belli gelişmeler sağlayan planlı dizgelerdir.

Başka bir tanıma göre ise insanları belli hedeflere göre yetiştirmektir. İnsanın kişiliği, bu dönemden geçerken değişim gösterir. Bu değişim eğitim ve öğretim faaliyeti devam ederken kazanılan bilgi, beceri, tutum ve değerlerin etkisiyle meydana gelir (Fidan, 2012, s.4).

Bu tanımları artırmak olasıdır. Ülkemizde eğitim zümresinde kabul olan ve Ertürk tarafından literatüre kazandırılan tanımlamaya baktığımızda eğitim; “Kişinin tavırlarında kendi yaşantısı aracılığıyla, bilerek ve istemli değişim ortaya koyma dönemidir (Arslan, Ersözlü, Aydoğan, İskender, Helvacı ve Turhan 2009, s.12).

Eğitim nasıl ifade edilirse edilsin esasen aşağıdaki özelliklerin olduğu söylenilebilmektedir:

1. İnsanın obje olarak ele alınması,
2. Objelerin durumunun yeterli düzeyde kabul görülmemesi,
3. Objenin istendik yönde değiştirilmesi,
4. Bu iş için çevrenin uyarlanması yani tutarlı, etkin araç, gereç, strateji, yöntem, teknik vb. gibi uyarıcıların devreye koyulması,
5. Objenin istendik davranışları (hedefleri) kazanıp kazanmadığının kontrol edilmesi gerekmektedir. Kazandıysa hedeflerin, davranışların, çevre uyarlamasındaki araç-gereç, uyarıcılar, strateji, yöntem, tekniklerin vb. elde tutulması, kazanmadıysa, bunların onarılması, yenilenmesi, ya da atılması, eksiklerin tamamlanması ve yanlışların düzeltilmesi gibi süreçleri kapsamaktadır.

Tüm bu görüş ve verilerin toplamında eğitim; “çevre uyarlamasıyla kişinin davranışlarında istendik yönde değişim ve değerlendirme süreci” olarak tanımlanabilmektedir (Sönmez, 1993, s.43).

Bu tanımlamaların üzerine eğildiğimizde eğitimin, bireyin sahip olduğu kişiliğin gelişimine yardımcı olmayı temel alan, bireyi yetişkinlik dönemine hazırlayan, gerekli bilgi, beceri ve davranışlara sahip olmasında aktif rol oynayan bir süreç olduğunu görürüz. (Tezcan, 1985, s.4).

Bu süreç gelişiminde, kişinin bulunduğu toplumun değerleriyle birlikte kendi yetenek, beceri, karakter ve özelliklerinin de etkin olduğunu söylenebiliriz. Birey, kişisel eğitimi boyunca tüm bunların etkisinde gelişimini sürdürmektedir (İlme, 2019, s.27).

1.1.1.Eğitimin Önemi ve Amacı

Eğitim insanlık kadar eskidir. Topluluk halinde yaşam sürmenin söz konusu olduğu ortamlarda insanlar arasında hep bir etkileşim ve bilgi aktarımı vardır. Eğitim kurumları, bu bilgi aktarımının sistemli olarak aktarıldığı kurumlardır. Eğitim-öğretim kurumları da öteki sosyal kurumlar gibi toplum ihtiyaçlarına karşılık gösterdikleri sürece var olmuşlardır. Bunu yapmadıklarında ya değişime maruz kalmış ya da yerlerine yeni kurumlar devralmıştır. Eskiden beri toplulukların bugününün ve geleceğinin oluşmasında eğitimin yeri ve önemine sıklıkla dikkat çekilmiştir. Eğitim, yaşamın her anında süreklilik sağlarken, eğitim kurumları da teknik yeniliklerin katkısı ile ülkelerin sosyal, kültürel ve ekonomik değişimlerini etkileyip farklı bir boyut kazandırmıştır (Çağlayan, 2006, s.28).

Eğitimin bu görevi, bireylerin iş gücüne dâhil olması adına gereken yetenekleri kazanmasını destekleyip, özgür bir biçimde kendine yeten bireyler olmalarını sağlar, genç bireylere vatandaşlık ve tarih hakkında neler kazandırılacağı hususunda toplumsal anlaşma sağlanıp sınıf ortamında etnik açıdan sağduyulu bir çevre oluşturulmasıdır. Bunun yanı sıra eğitim sosyal hedeflerle sosyal bağları koruyup, kişiler arası iletişimi ve sosyal birlikteliği besleyip, tarih boyunca değişik manalar ve ülküleri taşıyıp; bu ülkülerden bazıları bağlılık hissi, dayanışma, aidiyet ve adil bir topluluk vizyonudur (Duman, 2019, s.347).

1.2.Öğretim

Belirli bir alana ait olan bilgilerin öğrencilere kazandırılma süreci veya bir eğitim kurumunda önceden hazırlanan bir öğretim programı çerçevesinde belirli bir planı olan, tertipli, amaçlı ve kontrollü olarak yapılan çalışmalara “öğretim” denir (Yeşilyurt, 2020, s.264)

Başka bir tanıma göre ise öğretmen liderliğinde hazırlanan eğitim programları öğrencilere kazandırılması hedeflenen bilgi ve becerileri içeren ve uzmanlar tarafından geliştirilen bir ana çerçevedir. Bu ana çerçevenin daha özele indirgenip belli bir kademedeki bir dersin hedefine, içeriğine, eğitim durumuna ve değerlendirmesine yönelik hazırlanması öğretimi oluşturmaktadır (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2017).

Eğitim felsefesi içerisinde belirlenen hedefleri ve belirli prensiplere göre düzenlenen içeriği ve bu amaç uğruna kullanılacak yöntemleri, destekleyici araç gereçleri, hedeflere ulaşılabilirlik seviyesini ortaya koyan değerlendirme ölçütlerinin tümü olarak ifade edilebilmektedir (Aslan ve Erden, 2020, s.176).

1.3.Beden Eğitimi

Birey, yeryüzünde varlığını sürdürdüğü günden bu yana bir yandan eğitim verirken diğer yandan eğitim almıştır. İnsan, çevresini gözlemleyerek ve çevresindeki insanların yaptıklarını taklit ederek, deneyimleyerek bazı hayat tecrübeleri edinmiştir. Edindiği bu yaşam becerilerinden en işe yarayanı seçip en yakınlarından başlayarak toplumun diğer bireylerine öğretmiştir.

Beden eğitimi, eğitimin vazgeçilmez, önemli bir unsuru olarak ifade edilmektedir. Bireyin oyun oynama hakkı, genel bedensel hareketleri serbest biçimde okul yaşantısı içinde yapabilmesinin güvence altına alınmasını sağlaması yanında öğrencinin faaliyetlerden zevk almasını da sağlar (Özde, Cerrahoğlu ve Kurak, 2023, s.89).

Bireye fiziksel, zihinsel ve davranışsal alanlarda beden eğitimi bireyin gelişimine etki eden bir süreçtir. Beden eğitimi karmaşık bir terim olması sebebiyle zihin ve bedenin psikoloji, fizyoloji ve diğer alanları da kapsayarak bedenin ve zihnin bütünleşmesini, insan mekanizmasının bütün olarak ortaya koymaktadır. Beden eğitimi bireydeki iş ve etkinlik potansiyelini ve tepkilere direnç göstermeye bağlı olarak bireydeki davranış değişikliğinin önemli bir basamağı olarak ifade edilebilir. Ayrıca bireyin fiziksel iş ve faaliyetleri vasıtasıyla beden ve ruh sağlığını geliştirmek

için insanın tüm kişilik alanlarıyla ilgili olarak kişiliğinin eğitimi olduğu söylenebilir (Kaya, 2022, s.6).

Beden eğitimi, bireyin fiziksel aktivitelere dâhil olmak suretiyle davranışlarında kasıtlı bir biçimde beden eğitiminin hedeflerine amaç eden (bedensel, duyuşal, sosyal ve zihinsel) değışimleri ortaya çıkarma sürecidir. Eğitimin diğeri alanlarından farklı olarak, beden eğitiminde temel esas "hareket öğrenme ve hareket yolu ile öğrenmedir. Bir başka tanımla, bedensel hareketlerle kişinin gelişim süreci, beden eğitimidir (Ünlü ve Aydos, 2010, s.173).

İlköğretimdeki çocukların gelişimlerine beden eğitimi ve sporun, bariz bir şekilde katkıda bulunduğu bilinmektedir. Beden Eğitimi dersi bireylerin fiziksel, duyuşal, zihinsel ve sosyal gelişimini desteklemesinin yanında vücudun koordinasyonunu kolaylaştıran bir etkidir (Yaylacı, 2012, s.191).

1.3.1.Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Önemi Ve Amacı

Beden eğitimi, bireylerin topluma adaptasyonunu sağlar. Zihinsel gelişimden ziyade bir eğitimiçi olarak önemli bir rolü vardır. Gençlerde yaratıcı olmak için sosyal bütünlük ve kültürel gelişimin üzerinde büyük bir öneme sahip olduğu bilinir. Kabiliyet tabanında imkân eşitliği sağlamaktadır. Beden eğitimi, kişileri sadece gerekli bilgi ve beceri donanımına sahip olmalarıyla kalmaz, ayriyeten sosyal hayatının değışmesini de hızlandırmaktadır. Yarışma, rekabet ve birlikte hareket etmeyi sağlar. Çocukların ve erinlerin gelişimlerinde her açıdan mühim bir görevi vardır ve fiziksel olarak sağlıklı, fizyolojik gelişimi, düzgün bir kişiliğinin oluşması ve büyüme dönemindeki çocukların ruh sağlığı bakımından yararlı ve gereklidir (Sandıkçı, 2021, s.9).

Eski zamanları incelediğimizde Beden Eğitimi ve Sporun, eğitimin geneli dâhilinde ağırlığı ve ehemmiyeti sosyal olarak, ekonomik, siyasi ve kültürel değışimlere ve gelişimlere tabi olarak farklı biçimlerde idrak edildiği ve işlendiği görülmektedir. Bilhassa 20.yüzyılda Beden Eğitimi ve Sporu kendisini ifade edebilme, gerçekleştirme ve geliştirme yolunun anahtarı olarak kabul görmüşlerdir. Bu da genel eğitim bütünlüğü dâhilinde Beden Eğitimi ve Sporun kaliteli bireyler yetiştirmede mühim bir işlevinin olduğunu vurgulamaktadır (Mamak, 2012, s.110).

1.3.2.Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Faydaları

Beden eğitimi ile spor; bireylerin zihinsel gelişimiyle beraber fiziki gelişiminin de ahenkli olması, insanların içerisinde buldukları topluluklarda sağlık düzeylerinin yükselmesi, dengeli, randımanlı ve güler yüzlü olmalarında son derece önem arz etmektedir (Özdenk, 2018, s.78).

İlköğretimdeki çocukların gelişimlerinde beden eğitimi ve sporun sahip olduğu öneminin yüksek olduğu bilinir. Beden Eğitimi dersi öğrencilerin fiziki, duygusal, sosyal gelişimlerine destek sağlayan ve edenin ahengini kolaylaştırıcı bir etkene sahiptir (Yaylacı, 2012, s.195).

Beden eğitiminde fiziksel aktiviteye yönelik olumlu tutumların oluşması, uluslararası düzeyde gençler arasında fiziksel hareketsizlikteki artış göz önüne alındığında daha da önem kazanmaktadır. Beden eğitimi sayesinde çocuklar ve gençler eğlenceli fiziksel aktivitelere dâhil edilerek, onlara uygun fiziksel aktiviteyi geliştirmek ve sürdürmek ile ilgili beceriler öğretilerek gelecek nesil yetişkinlerin bu kadar hareketsiz kalmaktan kaçınması sağlanabilir. Yani beden eğitimi insanların tutumlarının, fiziksel aktiviteye katılma isteklerinin oluşumunda kilit etkiye sahiptir (Şirin, 2023, s.1).

Beden eğitiminin çocukların üzerindeki ilk katkısı bedensel gelişimleri üzerindedir. Çocukların genel sağlığını ve hareket kabiliyetlerini beden eğitimi kadar hiçbir alan geliştirememektedir. Çocukların gelişimlerine yönelik hazırlanan hareket eğitim programları bireyin bütünsel gelişimlerine birçok yönden etki etmektedir. Hareket eğitimi çocukların atma, tutma ve dengeleme hareketlerini geliştirmektedir. Ayrıyeten temel eğitimin çocuğun fiziki uygunluğu, algısal- motor gelişimi, sosyal-duygusal gelişimi, öğrenme kapasitesini geliştirilip, boş zamanlarının yararlı bir şekilde kullanılarak alışkanlıkların kazanılmasında katkı sağlamaktadır (Sandıkçı,2021, s.10).

1.3.3.Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı

Programın hedefi, öğrencilerin;

- Yaşamları süresinde kullanacağı hareket becerilerini,
- Etkin ve sıhhatli yaşam becerilerini, kavramları ve stratejileriyle beraber öz yönetim becerilerini,

• Sosyal becerilerini ve düşünme becerilerini geliştirip bir sonraki öğrenim seviyesine hazırlanmalarıdır.

Yukarıda belirtilen hedefler ışığında, Beden Eğitimi ve Spor dersini gören bireylerin aşağıda yer alan nitelikleri kazanması beklenir:

1. Farklı fiziksel aktivitelere ve sporlara has hareket kabiliyetini yükseltir.
2. Hareket kavramları ve ilkelerini, çeşitli fiziksel aktivitelere ve spor dallarında kullanır.
3. Hareket stratejileri ve taktiklerini, çeşitli fiziksel aktivitelere ve spor dallarında kullanır.
4. Sağlıklı yaşam ile ilgili fiziksel etkinlik ve spor kavramları ile prensiplerini açıklar.
5. Sağlıklı olma, sağlığını geliştirebilmek adına fiziksel aktivitelere ve spor dallarına sistematik bir biçimde dâhil olur.
6. Beden eğitimi ve sporla alakalı kültürel yığın ve değerleri benimser.
7. Beden eğitimi ve spor yolu ile öz yönetim kabiliyetini yükseltir.
8. Beden eğitimi ve spor yolu ile iletişim becerilerini, iş birliğini, adil oyunu (fair play), sosyal sorumluluğunu, liderliğini, doğaya duyarlılığını ve farklılıklara saygı özelliğini geliştirir (Millî Eğitim Bakanlığı [MEB], 2018).

1.4.Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK)

Ortaokul beden eğitimi ve spor dersi eğitim-öğretim müfredatı içinde beden eğitimi ve spor öğretmenlerine yardım amaçlı olarak geliştirilen Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK)'nin geçmişi incelendiğinde, İngiltere'de TOPs Cards adı ile ilk kez faaliyete geçtiği görülür.

TOPs Programı gençlerin beden eğitimi ve spor programlarının niteliğini geliştirmenin yanında kullanılabilir de kılmak maksadıyla 1994 tarihinde İngiltere'de kurularak kayıtlı bir kurum olan "Young and Sport Trust" ilkokulda görev yapan öğretmenler tarafınca yapılmıştır. Top Play ve Top Sport, TOPs Programının ilk ikisi olmakla beraber birçok programdan meydana gelmektedir. Top Play 4-7 yaş arasındaki çocukların temel oyun becerilerinin kazanılması ve geliştirilmesi amacı güdülmüştür. Top Sport ise 7-11 yaş arasındaki çocukların farklı spor dallarında

kabiliyetlerini geliştirebilmeme olanağı vermektedir. Top Play ve Top Sport 1996-1997 yıllarında İngiltere'deki ilkokulların programlarına katılmıştır. Sonraki yıllarda Beden Eğitimi Ulusal Programı sebebiyle araştırıldığından 2002 tarihinde TOP programları adına yeni döneme adım atılmıştır. TOPs profesyonel gelişim müfredatının ana hedefleri beden eğitimi ve spor dersinin etkinliğini yükseltmek, uygulama yapılmasını destekleyip geliştirmek, beden eğitiminin öğretim yöntemlerini arttırmak ve eğlenceli öğrenciyi aktif kılacak fiziksel aktiviteler yaptırmaktır (Sülün, 2022, s.28)

İngiltere ve İskoçya genelinde öğretmen olabilmek için eğitim gören üniversite öğrencilerine, eğitim kurumlarında görev alan uzman öğretmenlere, eğitim kurumları dışında görev alan spor eğitimcilerine ve toplumun diğer alanlarda spor eğitimleri veren eğitimcilere ve uzmanlara destekçi olabilmek için ortaya çıkartılmış yüksek seviyede Beden Eğitimi ve fiziksel aktivitelerin içerisinde yer aldığı en etkin yardımcı kaynaklardan biri TOPs'' adını alan kartlardır. Bu kartların aktarılmasına yönelik ise TOPs uzman gelişim programı oluşturulup kartları kullanacaklara destek olma amacıyla görüşmeler ve eğitim programları yapılmıştır. Uluslararası İlham Projesi'ne bağlı kalarak Türkiye genelinde da TOPs kartlarından ve programlarından yola çıkılıp Milli Eğitim Bakanlığı Beden Eğitimi Öğretim Programı esas alınıp, özellikle sınıf öğretmenleri, Beden Eğitimi öğretmenleri, antrenörler ve spor uzmanları hedefli FEK kartları ortaya koyulmuştur (Öztürk, 2019, s.21).

FEK kullanılarak yapılan programlar, temel motor becerilere sahip olmayı, bazı özel sportif hareketlerin öğretilmesini, yapılandırmacı yaklaşımın eğitim-öğretimde etkin biçimde kullanılmasını hedeflemektedir (Usluoğlu, 2014).

Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi yönergesinde, FEK iki bölüme ayrılmaktadır. İlk bölüm 6-9 yaş dâhilindeki ilk çocukluk evresinde tespit edilen hedeflerin kazandırılması ve iyileştirilmesi adına yapılan kartlardır. İkinci bölümdeyse ikinci çocukluk evresindeki bireylerin bedensel yapılarına ve ilgisini çeken alanlara göre spor dallarına teşvik etmek adına düzenlenmiştir (Eleser, 2019, s.18).

1.4.1.Fiziksel Etkinlik Kartları İle İlgili Yapılmış Çalışmalar

Kanbir (2018)'in yapmış olduğu çalışmada katılan öğrencilerden çalışma grubu öğrencilerinin Bourdon'ın dikkat testinden almış oldukları genel puan cinsinde ön ve son test ölçümlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p<0.01$).

Dikkat testinde çalışma ve kontrol gruplarının ön ve son test puanları karşılaştırılıp çalışma grubu lehine anlamlı bir farklılık görülmüştür ($p < 0.01$). Beden eğitimi derslerini fiziksel etkinlik kartıyla birlikte gören öğrencilerle normal müfredat dersini gören öğrencilerin dikkat testi cinsiyete göre farklılık sonucuna göre çalışma ve kontrol grubunda bulunan kız öğrencilerinin puanları incelendiğinde çalışma grubu kız öğrencilerin dikkat testinden almış oldukları puanların ön test ve son test ölçümlerine göre anlamlı bir farklılığın görüldüğü çalışma grubu kız öğrencilerinin lehine bir farklılık bulunur. Araştırmanın neticesinde fiziksel etkinlik kartlarının çalışma grubunda bulunan öğrencilerin dikkat seviyelerini artırmada etkili olduğu görülmektedir. Fiziksel etkinlik kartlarının ortaokuldaki öğrenim gören öğrenciler üzerinde problem çözme becerisinde etkisi bulunmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

Yonca (2019)'nın yapmış olduğu araştırmada ise Fiziksel etkinlik grubu öğrencilerinin akademik güdülenmelerinin ön ve son test sonuçları incelendiğinde anlamlı bir fark görülmüştür ($p < 0,05$). Kontrol grubu öğrencilerinin de akademik güdülenme sonuçları incelendiğinde anlamlı bir fark görülmüştür ($p < 0,05$). Nitekim artış miktarlarına bakıldığında fiziksel etkinlik grubu öğrencilerinin, kontrol grubu öğrencilerine kıyasla akademik güdülenme ortalama sonuçlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin fiziksel etkinlik kartlarındaki etkinliklerden daha fazla keyif aldıkları ve okul beden eğitimi dersi müfredatında bulunan etkinliklerle fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden hoşlandı duyma seviyelerinde farklılık olduğunu görülmüştür ($p < 0,05$).

Sonuçlar dahilinde fiziksel etkinlik kartlarının beden eğitimi ve spor dersine katkıda bulunduğu ve öğrencilerin derse dâhil olmalarının daha fazla aktif katılım sağladığı saptanmıştır. Fiziksel etkinlik kartları gibi değişik yöntemler, değişik ders işleme metotları öğrencilerin beden eğitimi dersine olan ilgilerini olumlu biçimde değiştirdiği, akademik güdülenmelerini arttırdığı ve fiziksel etkinlik kartlarındaki etkinliklerden daha fazla keyif aldıkları görülmüştür.

Kaptan ve Bozkurt (2021)'un araştırmalarının neticesinde; Fiziksel Etkinlik Kartları uygulamasının 2. sınıflara aktarılmasında 20 m koşu sürati ile durarak uzun atlama özelliklerinde çalışma grubu adına istatistiksel olarak anlamlı gelişme görülmüştür ($p < 0.05$). Fiziksel Etkinlik Kartları uygulamalarıyla hayata geçirilen eğitim çocukların hareket gelişiminde olumlu etkisinin olabileceğini değerlendirmiştir.

Elser (2019)'in yapmış olduğu çalışmada ise 7 ve 8 yaşındaki çocuklar ile yapılan Beden Eğitimi ve Oyun Dersinde öncelikle anaerobik güç ve temel motorik özelliklerin gelişimi üzerindeki tesirleri incelenmiştir. Bu yaş aralığındaki çocuklarda, beden eğitimi ve oyun dersinin çocukların bazı psikomotor özelliklerinin ve temel hareket becerilerinin gelişimine katkı sağladığı ancak yapılan çalışmada dikey sıçrama dışındaki testlerde anlamlı bir etki saptanmadığı belirtilmiştir.

1.5.Gelişim

Organizmada fertilizasyondan başlayıp zihinsel, bedensel, sosyal, duygusal ve dil yönünden, belirli esasları olan en son ki sürecine kadar devamlı ilerleme sağlayan değişimdir. Gelişimde zihinsel, bedensel ve duygusal özellikler birbirleriyle alakalı olup, bütünlük içerisinde değişime uğrarlar. İnsanların hacmi artıp, boyu uzar, beden hatları değişim gösterir, zihinsel fonksiyonları çeşitlenip, duygusal yaşamı zenginleşerek insanın ölümüne kadar hiç durmadan sürüp gitmektedir (Koç, Yavuzer, Demir ve Çalışkan. 2001, s.15).

Diğer bir tanıma göre ise organizmanın büyüüp, olgunlaşması ve öğrenmeyle birlikte devamlı olarak ilerleme sağlayan süreçtir. Gelişme bir ürün olarak ele alındığında, gelişimi bu ürünün süreç yönü olarak açıklamak mümkündür (Aral ve Baran, 2011, s.21).

Bu süreç dâhilinde insanlığın geçirmiş olduğu gelişim süreçleri doğum öncesi, bebeklik, ilk çocukluk, orta çocukluk, ergenlik, ilk yetişkinlik, orta yetişkinlik ve geç yetişkinlik süreçleri olarak görülmektedir (Ummanel ve Dilek, 2016, s.37).

İnsanoğlu hayatta olduğu sürece çevresiyle etkileşim halinde olup yaşar ve değişime uğrar. Başka bir ifadeyleyse gelişim sağlar. Değişimler, çoğunlukla artıp ilerleyen ve birikimsel bir özelliğe sahip olur. Örnek olarak; motor gelişim, çocuğun ulaşması, tutması, emeklemesi ve yürümesine kadar süren bir dönemi kapsar (Aral ve Baran, 2011 s.18).

Gelişimin başlı başına bir süreçten oluştuğu ve bu süreçte insanoğlunun hareketlerinde olumlu biçimde bir davranış değişikliğinin hedeflendiği bilinir. Dolayısıyla öğrenme, gelişim ve gelişmenin birbirleri ile yakın bir ilişki içerisinde olduğu görülmektedir (Türker, 2020, s.6).

1.5.1.Gelişim İle İlgili Kavramlar

Gelişim doğum öncesinden ölüm anına kadar süren bir süreçtir. Gelişimin bu kadar geniş bir zaman çizelgesini kendine dâhil etmesi, beraberinde birçok kavramın, metodun ve fikrin meydana gelmesine yol açmıştır. Gelişim alanıyla ilgilenen psikologlar da yalnızca gelişimin ne demek olduğunu açıklamaktansa, bütün kavram ve ilkeleri, gelişim seviyelerindeki düzeni, neden-sonuç ilişkileriyle gelişimsel değişimleri açıklamak istemişlerdir. Psikologların bu çalışmaları gelişimde büyüme, kritik dönem, öğrenme, olgunlaşma, hazırbulunuşluluk gibi kavramların meydana gelmesine sebep olmuştur (Aydın, 2005, s.21).

1.5.1.1.Büyüme

Genellikle birbiri ile karıştırılan “büyüme” ve “gelişme” sözcükleri, aslında birbirlerinden tamamen farklı kavramlar olmaları nedeniyle kesinlikle birbirlerinin yerlerine kullanılamazlar. Büyüme, kişinin hem bedeninin hem de iç organlarının ağırlık ve boy açısından gelişimine denir. Büyüme, bir organın veya özelliğin miktarındaki artıştır. Büyümeye; vücut ağırlığı artışı, kalp ve beyin ağırlığının fazlaşması ve boy uzaması gibi fiziksel özellikler örnek olarak verilebilmektedir. Büyüme, gelişimin niceliksel tarafıdır ve çeşitli araçlarla ölçülebilmektedir. Örnek verecek olursak; bebeğin doğum anından itibaren vücut hacminin artışı teraziyle tartılarak izlenilebilir ve büyümesi takip edilebilir (Başal, 2003, s.43).

Canlı organizmada fiziki artış anlamına gelen bu görüş tamamen yukarı yönlü olup gelişmeyi ifade etmek ister. Kısaca organizmanın boy, kilo ve hacimsel biçimde artmasıdır. Büyüme vücudun farklı organlarında farklı hızda ortaya çıkar. Örneğin, bireyin kilosunun 40 kilodan 45 kiloya artması bir büyümedir (Kaya, 2019 s.27).

1.5.1.2.Olgunlaşma

Organizmanın büyümesi ile beraber kendisinden istenilen hareketleri, işlevleri yapacak fizyolojik güce ulaşmasıdır. Olgunlaşma ve büyüme kavramları incelendiğinde birbirleri ile sıkıca ilişkili olduğu görülmektedir. Olgunlaşmanın bireyin genetik yapısı ile belirlenen bir tarafı olduğu bilinmektedir. Büyüme ve olgunlaşma, genetik yapının izin verdiği sınırlar içerisinde gelişme gösterebilmektedir (Kara ve Sucu, 2016, s.84).

Birey belli bir gelişim döneminden ötekini bireysel hızı ile, kademeli biçimde ilerlemektedir. Ortaya çıkan değişimler öncelikle olgunlaşmayla alakalıdır.

Olgunlaşma, vücut organlarından beklenen işlevi yerine getirebilecek seviyeye gelebilmesi için, öğrenme yaşantısından bağımsız olup, kalıtım etkisi ile meydana gelen bir biyolojik değişimdir. Olgunlaşma, bireylerin bedensel gelişimine önemli derece tesir etmektedir. Çoğu psikomotor hareketin ortaya konulmasında olgunlaşma aktif rol oynar. Örneğin; kas ve kemik yapısı yeteri düzeyde olgunluğa ulaşmamışsa birey yürüyemez. Ayrıca olgunlaşma, çocukların belli bir yaşta sergileyebilecekleri özelliklerdeki maksimum artışı sağlayabilir. Örnek olarak; el kaslarına tamamen hâkim olamayan beş yaşındaki çocuk, on yaşındaki çocuğa göre nizami ve kontrollü bir biçimde çizemez (Senemoğlu, 2013, s.12).

1.5.1.3.Öğrenme

Gelişimin birçok yönlerinde olgunlaşma ana etmen olmasıyla beraber, her şeye yetebilecek kadar önemli bir etmen değildir. Yeteneklerini kullanabilmesi için çocuğun yalnızca büyümeye değil öğrenmeye de muhtaçtır. Öğrenme, bireyin çevresi ile alakalı belirli bir seviyedeki etkileşimler neticesinde ortaya çıkan kalıcı iz bırakan davranış değişikliğidir. Örnek verecek olursak; çocuğun bir kalemli nizami biçimde tutabilmesi için el/parmak kasları ve kemiklerinin gerekli gelişime erişmiş olması yeterli olmaz. Çocuğun kalemin nasıl tutulduğunu öğrenmesi, kalem tutma denemelerinde bulunması, kalemli düzgün tutmayı başardığında geri dönüt yapılması ve pekiştirilmesi gerekmektedir. Öğrenme olmadan gelişme belli bir noktayı aşamaz. Çevrenin sunmuş olduğu örnekler, alıştırılmalar, denemeler, desteklemeler gibi etkenler bireye yeni davranışlar kazandırabilmektir. Öğrenme olgunlaşma dönemine katılarak gelişmeyi daha üst seviyelere çıkartmaktadır. Örnek olarak; konuşma yaşına gelmiş bir çocuk uyarılmaz ise, sözlü etkileşimden mahrum kalırsa, konuşmaz veya hiç gelişme göstermez ya da ağır gelişim gösterir. Kısaca olgunlaşmanın başlatmış olduğu gelişmeyi öğrenme tamamlamaktadır (Koç, vd.2001, s.16).

1.5.1.4.Hazırbulunuşluluk

Hazırbulunuşluluk, olgunlaşmaya nazaran daha geniştir. Olgunlaşmayla öğrenmenin neticesinde bireyin belirli davranışları sergileyebilecek seviyeye ulaşmasıdır. Biyolojik olgunlaşmadansa öğrenmeyi gerçekleştirebilmek ve destekleyebilmek adına düzgün biçimde düzenlenmiş çevresel etkenleri barındırır. Bu etkenler, çocukların bir davranışı öğrenebilmesi için gerekli olan olgunluğa ulaşmanın yanında, sergilenecek davranışlarla alakalı gereken bilgi ve becerileri de bünyesine

katmış olduğunu ifade etmektedir. Örneğin; eğitim ve öğretime ilk adımı henüz yeni atan bir çocuğun yazı yazabilmesine olanak sağlayacak olan parmak kaslarının belirli olgunluk seviyesine ulaşmasının yanında kalem ile düz, yuvarlak ve eğik çizgiler çizmeyi öğrenmesi gerekmektedir (Özer ve Özer, 2007, s.21).

Olgunlaşma neticesinde kaslarda yaşanan büyüme ve gelişmeyle sinir miyelini meydana gelir. Lakin bu durum, kasların büyüyüp kullanılması için tek başına etkili değildir. Kasların etkili bir biçimde kullanımı için uygun araç-gereçlerle etkileşimin olması gerekmektedir. Hazır olma becerisinin yoksunluğu olgunlaşma yetersizliğiyle sonuçlanmaktadır (Özer ve Özer, 2007, s.18).

1.5.1.5.Kritik Dönem

Gelişimde belirli davranışlara sahip olunması gereken belli dönemler vardır. İlgili davranışın ilgili dönemde kazanılmadığı takdirde daha ileriki dönemlerde kazanılmayacağını veya kazanmanın çok zor olacağını belirtmektedir (Erim, 2016, s.174).

Kritik dönem yaşa bağlı olarak belli alanlardaki becerilerin kazanılmasında avantajlı olduğu dönemdir. Bilindiği üzere yaşa bağlı olarak sahip olunması hedeflenen her bir beceri alanı için farklı kritik süreçler vardır ve her bir süreç, kendinden önceki sürece nazaran daha karışık bir öğrenme seviyesine hazırlanma aşamasıdır. Girdi veya uyaran düzeyinin en üst noktada olduğu bu dönemde, öğrenmenin ortaya konması ve hedeflenen becerilerin sergilenmesi, kritik dönemin aşılabildiği sonraki süreçte güçleneceğinden dolayı son derece önem arz etmektedir (Kaygısız, 2018, s.438).

1.5.2.Gelişim Dönemleri

Birey, çocukluk yıllarından yaşlılık yıllarına kadar hayatı boyunca birbirinden farklı gelişim dönemlerinden geçmektedir ve bu dönemlerde birbirinden farklı olan fiziksel-Psikolojik bazı özellikler sergiler. Bu neticede hayatı boyunca dikkate alıp bireyin yaşamını genel anlamda; çocukluk, ergenlik/gençlik, yetişkinlik ve yaşlılık gibi temel gelişim dönemlerine ayırarak incelemek mümkün olmaktadır (Koç, 2004 s.232).

Gelişim psikolojisi alanında araştırmalarda bulunan birçok uzman; gelişimi, farklı düşünce ve kuramlara göre ve belirli dönemlere ayırarak incelemiştir. Bu dönemlerin temel noktası 'yaş' tır. Bu tanımdan anlaşılacağı gibi 'dönem' terimi

insanoğlunun hayatındaki yaş aralığını belirtmektedir. İnsanoğlu yaşının gerektirmiş olduğu benzer tepkiler ve davranışlar ortaya koyduğundan o yaş döneminde kazanması gerekli olan gelişimsel özelliklerine göre ayrıştırılmıştır. Uzmanlar bu alandaki çeşitli teorilerle gelişimin dönemlerini açıklarken her yaş döneminin sahip olduğu özellikleri ön planda tutmayı amaçlamışlardır. Lakin gelişim dönemlerini yaş açısından net hatlarıyla sınırlamak bireysel farklılıklara karşıt bir durum olduğundan dolayı bunu yapamayız. Bu bağlamda araştırmacılar gelişimi; ahlak, toplumsal, bilişsel, dil, kişilik, duygusal ya da psiko-motor ve fiziksel gelişim çerçevesinden incelemişlerdir. Bu incelemelerle gelişim ile alakalı değişiklik kuramları ortaya konulmuştur. Selçuk (2003), bu dönemleri aşağıdaki tabloda bir araya getirmiştir.

Tablo 1. Çeşitli kuramlara göre gelişim dönemleri

Dönem	Yaş	Psikoseksüel Gelişim	Psikososyal Gelişim	Zihinsel Gelişim	Ahlaki Gelişimi
Bebeklik	0-18 Ay	Oral	T. Güven/ Güvensizlik	Duyu- Hareket	Ahlak Öncesi
İlk Çocukluk	18 Ay-6 Yaş	Anal	Özerklik/Şüphe/ Girişkenlik	İşlem Öncesi	1. Evre
Son Çocukluk	6-12 Yaş	Örtülü	Çalışkanlık/ Aşağılık	Somut İşlem	2. Evre
Ergenlik	12-21 Yaş	Genital	Kimlik Kazanma/ Rol Karışıklılığı	Soyut İşlem	3.-4. Evre

1.5.2.1. Bebeklik Dönemi (0-2)

Gelişim dönemlerinden ilki olan ve doğum anından iki yaşına kadar olan süreci kapsamaktadır ve bireyin gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır (Aksoy, Koran, 2016, s.364).

Bebeklik dönemi çocuğun dışa bağımlı olduğu bir dönemdir. Bebeklik döneminde hayati eylemlerin odak noktası oral bölgedir. Bebeğin temel gereksinimi bu dönemde bakım ve sevgidir. Bebeğin bakım gereksinimleri karşılanırken bebeğe yöneltilen eylem bebekte güven veya güvensizlik hissine ortam hazırlar. 0-2 yaş bebeklik döneminde bebeklerin lisan gelişimi yeterli olmadığından iletişime aileler veya bakım vericiler de katılmalıdır (Kadah, 2021, s.3).

Doğduğu anda refleksif hareketler donanımı olan bebek, daha sonraları yürüme becerisini kazanıp çevresiyle hareket etmektedir. Bebeklerde çok önemli olan hareket

edebilme yeteneği olan yürüme ve elle tutabilme, bebeklik döneminde kazanılmaktadır. Bebeğin beden kontrolünü sağlayabilmesi bedenın yeterli olgunluk seviyesine ulaşmasını ve de öğrenmeye bağlıdır. Bebeklerin yürüdükleri zamanlarda farklılıklar oluşabilmektedir. Yine de ilk iki yıl benzer motor gelişim basamakları yolu ile gelişme ortaya çıkar (Özdenk, 2007, s. 37).

1.5.2.2.İlk Çocukluk Dönemi (2-6 Yaş)

Okul öncesi dönemleri kapsayan ilk çocukluk dönemi, çocuğun yaşadığı çevreye ilgi duyduğu, dikkat çekici uyaranlarla dolan dış dünyayı merak edip keşfetmeye başladığı, insan hayatının esas becerilerine sahip olunduğu bir dönemdir. Bu dönemde bedenın gelişim hızı, bebeklik dönemine göre yavaşlamaktadır. Giyinebilme, tuvalet yapma vb. öz bakım becerileriyle dil kullanımı bu dönemde günlük hayatın rutini konumuna gelir. 2-6 yaşları arası psiko-motor becerilerdeki gelişim, özellikle bedensel gelişim ile son derece alakalıdır. Omurilik, beyin ve sinir sisteminin gelişimi; kiloda artış, boyda uzama, kemik ve kasların gelişimine paralel biçimde hareket becerilerine sahip olunmasında önemli bir rol oynar. Atlama, sıçrama, koşma, fırlatma, yakalama ve topa vurabilme gibi hareket becerileri özellikle bu dönemde kazanılmaktadır (Kandır, 2004, s.23).

Okul öncesindeki çocuğun bütün duygularını açığa çıkıldığı aşamadır. Kıskançlık, öfke, yabancılara ve bazı kişilere nefret, inatçılık bu dönemde kendisini ilkel biçimde gösterir (Tüfekçioğlu, 2002, s.11).

Piaget bu döneme işlem öncesi dönem der. Bu dönemde dil gelişimi çok hızlıdır. Çocuk 3 yaşında 3-4 kelimedenden oluşan cümleler kurar, 5 yaşında ise gramer kurallarına uygun konuşabilir. Cansız nesnelere canlıymış gibi görmek (animizm) bu dönemin düşünce özelliklerindedir (Tüfekçioğlu, 2002, s.11).

1.5.2.3.Son Çocukluk Dönemi (6-12 Yaş)

Yedi - on bir yaşlarını içerisine alan bu yıllar çocuğun aile ortamından çıkarak, dış dünyayla tanıştığı bir dönemdir. Dış dünya ile tanışmanın başlangıcı olan bu dönem, eğitim-öğretime başlaması ve ortaokula geçiş süreciyle birlikte çocuğun ergenliğe girmesinden dolayı oldukça önem arz etmektedir. Eğitim ve öğretime devam ederken süreç içerisinde psiko-motor yetilerinin ve bilişsel, fiziksel, sosyal becerilerin fazlaşması, çocukların daha bağımsız hale gelmelerini sağlamaktadır. Ailesinden ayrılıp okula başlayarak yeni olanaklar ortaya çıkarır ve bu olanaklar çocuğu

heyecanlandırmaktadır. Bu dönemde bedensel olarak gelişir, yeni beceriler edinirler. Okuma/yazmayı, problem çözebilmeyi öğrenirler ve bunları yaşamlarına aktarırlar. Bu dönem, sosyalleşmenin başladığı ve arkadaşlık ilişkilerinin arttığı bir dönem olmasıyla birlikte bu yaştaki çocukların sosyalleşme adına başarı elde edebilmesinin zor olduğu bir dönemdir. Bu dönemde arkadaşlık ilişkilerini geliştirme imkânına sınıf ortamında daha çok sahip olurlar ve büyük çoğunluğu dersler ve arkadaşları ile dolan günlerini nasıl geçirecekleriyle alakalı plan yaparlar. Okula başladıkları ilk zamanlarda duygusal ve sosyal açıdan birtakım zorluklarla karşılaşsalar da gelişimin yavaş ama sistematik yaşanması sebebiyle okul yılları insan hayatının en uyumlu ve en sakin zamanları şeklinde nitelendirilir (Ömeroğlu, 2007, s.13).

Bu evrede bedensel gelişim ilk yıllara nazaran yavaş bir şekilde ilerler. Boy artışı yavaş seyretmektedir. Senelik ortalama boy artışı 5,5 cm'dir.10 yaşına gelen bir çocuğun boyu hemen hemen 140 cm'dir. Kilo da boy uzaması gibi yavaştır. 7 yaşına gelen bir çocuğun ortalama ağırlığı 24 kg'dır. Kemik ve iskelet sistemindeki gelişim, kas sistemine göre daha ileri olduğu için zaman zaman büyümeye bağlı olarak ağrılar ortaya çıkabilir. Motor gelişim bakımından büyük aşamalar kaydetmiş ve dengenin gelişmesi neticesinde hızlı yürüyen, futbol oynayan el-göz koordinasyon gelişimi neticesinde iki elini bağımsız olarak kullanan bir birey haline gelmiştir. Ancak bu ilerleme süreci yavaş olduğundan dolayı fazla dikkatlerini çekmez. (Koç, vd.,2001, s.33).

1.5.2.4.Ergenlik Dönemi

Gelişim dönemleri arasında toplumsal etkileşimlerinin kişi açısından en fazla önem arz eden evre, ergenlik dönemidir. Çünkü bu dönem, bireyin hacminde büyümenin, cinsel ve psikososyal gelişimin ortaya çıktığı, çocukluk çağından yetkin çağa geçişidir (Parlaz, Tekgül, Karademirci ve Öngel, 2012, s.11).

Ergenlik, çocuklar ve ailelerde birden çok değişikliğin ortaya çıktığı dönemi kapsar. Çocuklar, hormonları aracılığıyla yetişkin olmaya başladıklarında fizyolojik açıdan değişim içerisinde olur ve duygusal olarak inişli çıkışlı yaşamlarını sürdürür. Bazı zamanlar mutlu, üzgün olur ve çoğu zaman neden böyle olduklarını açıklayamaz. Lakin bu çağda olan bireyler karşı karşıya kaldıkları tüm bu problemlerini çözüme ulaştırırken aynı zamanda duygusal, sosyal ve bilişsel bakımından da olgunlaşmaktadırlar (Gül ve Güneş, 2009, s.80).

Ergenlik ülkemizde kızlarda yaklaşık 10-12, erkeklerde ise 12-14 yaşları arasında başlayıp ve 21 – 24 yaşlarında sona ermektedir. Erken ergenlik dönemi (11-14 yaş), hızlı fizyolojik ve fiziksel değişimlere (boyda artış, vücut kitlesinde artış, ikincil cinsel karakter gelişimi) beden yapısında değişikliklere sebebiyet verir. Ergenler vücutlarındaki bu denli hızlı değişime adapte olmakta güçlük çekebilir, bu değişimleri benimseyemediğinden dolayı çevresinde bulunan kişilere karşı tepkilerinde ve davranışlarında ani yükselmeler izlenebilir (Şahin ve Özçelik, 2016, s.43).

Erkek ve kız ve çocuklarında erken yahut geç gelişim göstermesi cinsiyet farklılıkları bakımından birbirinden farklı etkiler ortaya çıkarır. Kız çocuğunun yaşlıtlarına göre erken ergenliğe girmesiyle alakalı iki görüş vardır: İlki olumlu etkisini ifade etmektedir: Erken gelişim gösteren kızın adaşları tarafından hayranlıkla karşılanması ve kendisinden yaşça büyük bireylerle olgun ilişkiler içerisinde olması ve olumlu benlik kavramına sahip olmasını sağlamaktadır. İkincisi ise, olumsuz etkisini ifade etmektedir: Erken gelişim anne, baba ve çevrenin çocukluk dönemini tam yaşayamamış çocuktan genç kız tavrı beklemesine sebep olur. Lakin ergen birey, bu beklentileri karşılayabilecek düzeye gelemediğinden dolayı uyum sıkıntısı yaşar. Erkek çocuklar ise yaşlıtlarına göre erken gelişmesi avantaj olabilmektedir. Erken gelişim gösteren erkek çocuk çevresi ve ailesi tarafından çabuk kabullenir ve benimsenir. Bu tip çocuklar çabuk bağımsız olabilmeyi öğrenir ve adaşları arasında liderlik sıfatı kazanır. Söz konusu ergen bireylerin özgüvenlerinin daha yüksek olabileceği düşünülür. Geç gelişen kız ve erkek çocuklardaysa, fiziksel görünüşleri sebebiyle ailesi ve çevresi tarafından korunmaya muhtaçmış gibi davranılmaktadır. Çoğunlukla fiziksel olarak geç gelişim göstermek erkek ve kızları üzüntüye sokmaktadır. Geç gelişim gösteren çocukların çevrelerinden yapılan davranışlar, kendilerini zayıf, farklı ve yetersizmiş gibi algılamalarına ve olumsuz benlik gelişimi göstermelerine sebep olur. Geç gelişenlerin akranlarıyla ortak yanları giderek azaldığı için sosyal iletişim becerilerini sergilemeleri zorlaşır. Böyle durumda olan çocukların sosyal ilişkileri zarar görür; akran gruplarına dâhil olma, grup içerisinde benimsenme güçleşir (Dinçel, 2006, s.38).

1.5.3.Gelişim Alanları

Gelişim alanları incelenirken genellikle farklı kategorileştirmeler ve isimlendirmeler olduğu görülmüştür. Bu farklılık içerisinde en ortak olanları bir araya getirerek aşağıdaki şekilde sıralayabiliriz:

- Bilişsel Gelişim
- Duyuşsal Gelişim
- Fiziksel Gelişim
- Motor Gelişim

1.5.3.1.Bilişsel Gelişim

Kavram olarak biliş sözcüğü; kişilerin bilgiyi edinmeleri, anımsamaları ve onu kullanmayı öğrenmeleridir. Bilişsel gelişim ise, kişinin çevresinde bulunan dünyayı anlamlandırma ve öğrenmesine yarayan, aktif zihinsel etkinliklerdeki gelişimdir. Çocuklar, bilişsel gelişim sürecinde dili kullanma, akıl yürütme, problem çözme ve bilgi kazanma gibi yetileri edinmektedir. Bu süreçte kıyaslama yapma, farklı renkleri tanıma, eksik tamamlama ve kavramları ayırt etme gibi bilişsel görevleri gerçekleştirmektedirler (Akkaya, 2021, s.17).

Gelişim kuramcıları Piaget, Bruner ve Vygotsky, gelişim üzerinde kalıttan ziyade bilhassa çevrenin etkisi üzerinde durmuşlardır. Piaget, bilişsel gelişimi organizmanın dünyaya kalıtsal olarak getirmiş olduğu ve tüm gelişimi boyunca değişime uğramadan aynen kalabilen bir takım biyolojik işlevlerine dayandırmaktadır. Aynı zamanda zihnin gelişimi biyolojik gelişimdeki gibi organizmanın çevresiyle mücadele edebilme ve denge gereksinimini karşılayabilme adına daha üst seviyede dengeler kurmaya çalıştığı bir dönem olarak nitelendirmektedir. Böylelikle Piaget bilişsel süreçte çevrenin ve kalıtımın önemine değinmektedir (Arı, Üre, Yılmaz, 1999, s. 21). Bruner, bilişsel gelişim teorisinde çocukların aktif biçimde kendi ilgisine yöneldiğini, yanıtları ve çözümleri bulabilme adına fikirlerini denediklerini, bu esnada birden fazla malzeme ve donanım kullandıklarını dile getirerek tıpkı Piaget gibi bilişsel gelişimde çevrenin öneminden bahsetmektedir. Vygotsky ise çocukların çevresinde bulunan kişilerden ve onların sosyal dünyalarında öğrenmeye başladıklarını ifade edip çocuğun sosyal çevresinin bilişsel gelişiminde oldukça kritik bir faktör olduğunu dile getirmiştir (Türkoğlu ve Uslu, 2016, s.51).

1.5.3.2.Duyuşsal Gelişim

Bireyin duyuşsal gelişiminin, bireyin hayata ve yapmış olduğu işe yönelik olan korku, sevgi, ilgi, nefret, tutum ve güdülenmişlik gibi özelliklerini kapsadığını söyleyebilir. Bireyin yaşam etkinliklerinden haz alması, öğrenmiş olduklarını başkaları ile paylaşabilmesi ve yaptığı işe karşı olumlu tutum sergilemesi, isteyerek işini ortaya koyması olumlu duygusal gelişimini desteklemektedir (Zavotçu, 2023, s.11).

Duyuşsal gelişim bireyin duygularında ve hislerindeki ilerlemeyi kapsayan bir süreçtir (Demir,2013, s.11). Duygusal gelişimin kalitesi baba, anne ve çocuk etkileşimiyle ilişkilidir. Anne ve babaların çocuklarının duygusal ve sosyal gelişimlerine yönelik destekleyici davranışları; çocuklar kendilerine güvenen, yaratıcı olan, bağımsız olan ve kendi haklarını korumasını bilen, başkaları ile iş birlikteliği ve dayanışma içerisinde olan, kendisi ile ve çevresi ile barışık olan, uyumlu ve dengeli bir kişilik geliştirmelerinde etkili olmaktadır (Kandır ve Alpan, 2008, s.33). Bu sebeple önem arz eden dönem çocukluk dönemidir. Çünkü duyguların çoğu bu dönemde ortaya çıkmaya ve gelişim göstermeye başlayıp ve ömrü boyunca bireyin ruhunun esas maddesi olarak kalmaktadır (Türk, 2014, s.144).

Duygusal gelişim, çocuğun kendisini ifade etmesi, duygularını kontrol etmesi, kendisi ile ve çevresi ile uyum içinde ve barışık olmasıdır. Çocukların duygusal özellikleriyle alakalı yapılmış araştırmalar, duygusal gelişimin genişleme ve öğrenim sonucunda ortaya çıktığını ve tek başlarına etken olmadığını ortaya koymuştur (Kandır ve Alpan, 2008 s.34).

1.5.3.3.Fiziksel Gelişim

Fiziksel gelişim; yaşla beraber bedende yer alan kemiklerin, kasların sinir sistemiyle motor becerilerin değişim sürecidir. Gelişimin kalıtsal temellerini oluşturur. Bir bütün olarak vücudun büyümesi; motor gelişimi, duyu ve vücut sistemlerindeki değişimleri; sağlık, cinsel gelişim, uyku ve beslenme gibi fiziksel gelişimler ile alakalı süreci kapsamaktadır. Fiziksel gelişim; vücudu oluşturan tüm organların gelişimi, boyda uzama, kiloda artış, kemik gelişimi, diş çıkarması ve beyin, kas ve tüm sistemlerin (dolaşım, boşaltım, sindirim, sinir, solunum gibi) ve duyu organların gelişmesidir. Gelişim hayatımız boyunca devam eder; lakin çocukluk döneminde diğer dönemlere nazaran daha etkin şekilde görülebilmektedir. Fiziksel

gelişim bireyin bedenlen nicelik değişimini ve artışlarını içermektedir. Fiziksel gelişimin, insan yaşamının hemen hemen tamamını etkilediği görölmektedir. Özellikle insanların gelişimi açısından en hızlı olduğu evreler olarak bilinen bebeklik ve ergenlik döneminde bireyde, gözle görülebilir değişimler ortaya çıkar (Serbes, 2010, s.22).

1.5.3.4.Motor Gelişim

Motor kelimesi hareketi ifade etmektedir. Hayata gözlerini açan her birey, daha anne karnındayken fiziksel bir gelişim sağlar. Doğduğunda da bu gelişim artarak devam etmektedir.

Hayatları boyunca öğrenmenin ve olgunlaşmanın etkileşimiyle gözlenebilir hareketler ile meydana gelen motor kontrol ve motor davranışlardaki artan değişiklikler motor gelişim olarak tanımlanmaktadır (Zavotçu, 2023, s.12).

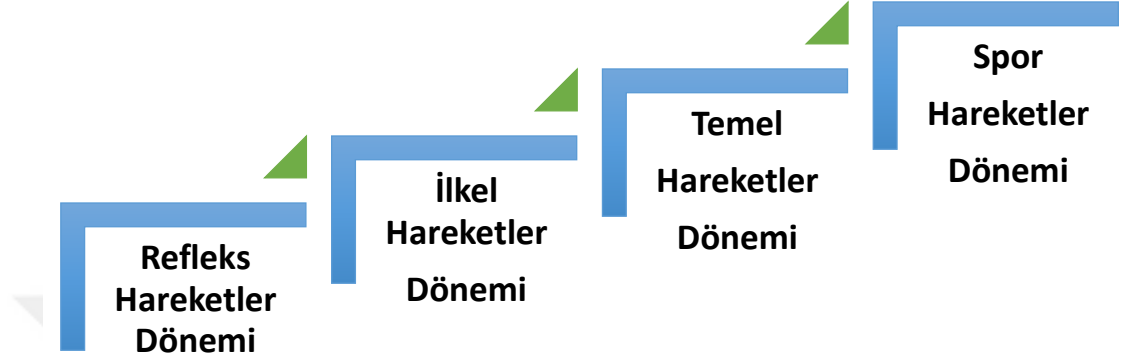
Fiziksel büyüme ve gelişimle beraber beyin-omurilik gelişimi neticesinde organizmanın hareketliliğe sahip olmasına motor gelişim denir. Kiloda artış, boyda uzama ve kas gelişimine, başka bir ifadeyle fiziksel gelişimine paralel biçimde hareket ve becerilere sahip olunmasında sinir sistemi ve kasların gelişimi önemli rol oynamaktadır. Bu becerilere sahip olunması ana karnında başlayıp yaşam süresince devamlılık gösterir. Doğal olarak hazırlıklı olmayan çocuğun motor gelişiminden bahsedilemez (Aral ve Baran, 2011 s.79).

Önceleri refleks olan bu davranışların, refleks olarak yaşam boyunca devam edebilmeleri de olağanken, zamanla organların bilinçli olarak kullanılabilmesiyle motor becerilere dönüşmeleri de mümkündür. Soluk alma-verme veya göz açıp kapama yaşam boyunca kişinin istem dışı olsa da devamlılık gösteren refleksif davranışlarıdır. Oysa tek ayak üstünde sekmek veya kâğıt kesebilmek, organların kullanımının bilinçli olmasıyla yapılabilen eylemlerdir ve 'psikomotor gelişim' içerisinde yer alır.

Psikomotor gelişim, ölüm anına kadar süren 'motor' becerilerde meydana gelen hareketlerin kontrol altına alınmasıdır. Söz konusu olan hareketler; duyu organları, kasların ve zihnin beraber uyum içerisinde çalışmasıyla meydana gelir. Bir başka deyişle davranışların kontrol altında olunmasını sağlayan süreç, motor gelişimi ifade etmektedir (Demirci, 2007, s.3).

1.5.4.Psikomotor Gelişim Alanları

Aşağıda yer alan resimde Gallahue, motor gelişim dönemini, kuramında; 4 başlık altında inceleyerek piramit şeklinde açıklamıştır. (Yıldız, ve Çetin, 2018 s.57).



Şekil 1. Psikomotor Gelişim Alanları

1.5.4.1.Refleks Hareketler Dönemi

Uterus içindeyken bebek bir takım refleksif yeteneklere sahiptir. Annesinin sesini tanıyıp, dışarıdan gelebilecek uyarılara tepkilerde bulunur. Anne ve babaların çocuklarıyla konuşmaya çalışması, ona şarkı söylemesi, onu okşamaları bebeğin ilk aktivitelerinin başlangıcını ve hareket eğitimini içerir. Yani egzersizlere anne karnındayken başlanılır (Çoknaz, 2016. s.84).

Refleks hareketler, postüral refleks ve ilkel refleks olarak ikiye ayrılır. İlkel refleks hareketlerinin (emme, besin arama, yakalama, sarılma vb.) beslenmek ve korumak gibi fonksiyonları bulunur. Bu refleksler doğumdan önce ve doğumdan sonraki bir yaşa dek gözlemlenir. Postüral reflekslerdeyse; istemli olarak yapılan hareketlerle benzerlik gösterse de tamamıyla istemsiz yapılmaktadır. Bu refleksler adım atma, emekleme gibi bebeğin kendiliğinden dik konumda durmasına yardımcı olan reflekslerdir (Cirav, 2018, s.5).

1.5.4.2.İlkel Hareketler Dönemi

İlkel hareketler dönemi 0-2 yaşlarda meydana gelen ilk istemli hareketler olarak görülmektedir. Bahsedilen beceriler, oturma, emekleme ve ayakta durabilme gibi hareketlerdir. Bu evrede olgunlaşmayla birlikte meydana çıkışı önceden tahmin

edilebilen bir diziyi takip eder. Gelişimsel açıdan normal süreç ve koşulda bu sıra değişmez lakin bireysel farklılıklar açısından kalıtımın ve çevrenin etkisi düşünüldüğü zaman bu sıranın meydana gelişi, hızı çocuklarda farklılık olduğunu ortaya koymaktadır. Motor gelişim sürecinde olgunlaşmanın etkisi ile daha iyi bir özellik kazanım meydana gelmektedir (Ulutaş, Demir ve Yayan, ,2017, s.1524).

Gallahue bu dönemi 2 döneme ayırmıştır. Birincisi; reflekslerin ortadan kaybolduğu dönem, İkincisiyse ilk kontrol dönemidir. Birinci dönem olan reflekslerin ortadan kalktığı dönemde hareketler amaca uygun bir biçimde gelişim gösterir lakin kontrol tam olarak sağlanamaz bu sebeple hareketler daha kabadır. İkinci dönem olan, ilk kontrol dönemindeyse 12-24 ayı içerisinde barındıran dönemdir. Bu evredeki bebek bir önceki evreye nazaran daha olgun hareketler sergileyip onları kontrol etme eğilimi göstermektedir. Sırasıyla; elinden tutulduğunda yürür, kendi başına yürür, merdivenleri dört ayak konumunda çıkmaya çalışır ya da koşar biçiminde belirtilebilmektedir (Yıldız ve Çetin, 2018 s.57).

1.5.4.3.Temel Hareketler Dönemi

İki yaşından sonra çocuklar kendi vücutlarının hareket kabiliyetlerini idrak ederek hareketleri denemeye başlar (Özer ve Özer, 2007, s.32).

Üç-dört yaşındaki çocukların hareketlerinde kontrol ve ritmik koordinasyon artış sağladığından dolayı hareketler uyum içerisindedir. Beş-altı yaş çocuklarıdaysa uyumlu, mekanik yönde etkili, gelişmiş ve kontrollü hareketler sergilemektedirler. Daha iyi koordine olmalarından ötürü dengeleri gelişmektedir. Çocuklar daha çok duvar veya tahta üstünde yürüme gibi denge hareketleri ile ilgilenmektedir. Koşmak, sıçramak, atlamak, sekmek, yakalamak, fırlatmak ve topa ayakla vurmak gibi davranışlar bu dönemde kazanılmaktadır (Kale, 2003, s.41).

Gallahue ve Ozmun, becerileri acemilik, başlangıç ve olgunluk olmak üzere üç evreye ayırmıştır. Örneğin; 3-4 yaşındaki bir çocuk, sek sek oyununu acemilik evresinde oynuyorken, 5-6 yaşındaki bir çocuk başlangıç, 7 yaşındaki bir çocuk ise olgunluk evresinde oynayabilmektedir. Yapılan bu aktiviteler çocuğun bulunduğu yaşa göre değil hareketleri sergilediği düzeye göre değerlendirilmez. Bazı çocuklar becerileri daha erken yaşta sergileyebilirlerken bazıları ise daha geç yaşta sergileyebilirler. Temel hareketlerin kazanımında çevresel etkenler kadar bireysel etkenler de etkindir (Yıldız ve Çetin, 2018 s.57).

1.5.4.4.Spor Hareketler Dönemi

Yedi yaş ve üstündeki çocuklar sporla alakalı hareketler döneminin içerisine girerler. Bu evrede, eski temel kazanımlar daha doğru, akıcı bir şekilde ve ahenkle yapılmaya başlanır. Çocuklar açısından bu dönemde spor, yarışma ve performansın yanı sıra oyun, rekreasyon ve dans gibi aktiviteleri de kapsamaktadır (Eleser, 2019, s.9).

Bu dönem aslında temel hareket döneminin devamı olarak düşünülebilmektedir. Burada çok hedefli kazanımların yapılması beklenilmektedir. Bu evrede, önceden kazanılan hareketlerin daha sistematik bir biçimde, iş birliğine dayanarak sergilenmesi önemli bir husustur. Çocukların bilinçsiz sekme ve sıçrama hareketlerinin ilerleyen dönemde kuralları belli olan ip atlama oyununa evrilmesi bu konuda örnek olarak verilebilir (Tepeli, 2012, s.94).

Bir aktivite olan hareketin ana hedefi, çocuğun bütünsel gelişimini sağlamaktır. Spor hareketler döneminin gelişim hızı, duygusal yetkinliklere ve psiko-motor olgunluğa bağlı olmaktadır. Çocuk, yedi yaşından on yaşına kadar gelişmiş olan temel becerilerini harmanlayarak spor ile alakalı yeteneklerini de kullanır. Kuvvet, hız, dayanıklılık, denge gibi özelliklerin gelişimiyle performansta artma olur. Taş sektirmek, top fırlatmak ve farklı seviyelerde ip atlamak gibi hareketler, bu döneme özgü geçiş hareketleridir. Hareketler zamanla karmaşık hale gelir ve spor türüne göre belirlenmeye başlanır. On bir yaş itibariyle beceri gelişiminde kişisel farklılıklar ve bir spor dalına özgü yönelme meydana gelmektedir. Detaylı araştırmalarla birçok hareket öğrenilip pekiştirilir. Çocuklar, hareket becerilerini öğrenmek ve yarışmak için çok meraklıdır. İlerleyen yaşlardaysa spor dalına yönelik hareketler ve beceriler ile yaşa göre spor dallarına yönelim söz konusu olmaktadır (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2013).

1.5.5.Motor Gelişim İle İlgili Anahtar Kavramlar

1.5.5.1.Motor Hareket

Bir çocuğun kas, kemik ve akciğer düzeyinin gelişimde; sistematik biçimde hareketlerde ve bedensel aktivitelerde bulunması ciddi bir önem arz eder. Motor performans, belirli hedef doğrultusunda hareketlerin kas ve kemiklerle beraber harekette bulunmasıyla gerçekleşen büyük kas gruplarının çalışmasıdır. Duyulardan

aktarılan bilgiyi alıp işleyen beyin, akabinde ise bilgiyi uygun hareketlerle ilişkilendirir ve böylelikle motor hareket gerçekleşir (Sürek ,2019, s.8).

Motor hareketlerin gelişimi, kişinin vücudunun birkaç parçasının beraber ve ahenk içinde hareket etmesini gerektirir. Bahse konu olan koordinasyonun gelişimi fiziksel yetkinliğe ve yapılan çalışmalara göre mükemmel biçime gelmektedir. Ömür boyunca süre gelen psiko-motor gelişim; sinir kas işlevlerinde ve fiziksel yapıda ortaya çıkan değişimleri, motor becerilere sahip olunması, azalması ve dengeye kavuşması evresini kapsamaktayken; motor beceriler denge, hız, kuvvet ve beceri gibi farklı hareket sınıflarının kategorileştirilmesi manasını taşımaktadır. Psiko-motor gelişim, fiziksel gelişimi içermesinin yanında fiziksel gelişimden değişik olup zihinsel evreleri de bünyesine katmaktadır (Ulutaş, Demir ve Yayan, ,2017, s.1524).

1.5.5.2.Motor Performans

Bir hareket veya fiziksel aktiviteyi meydana koyma olarak tanımlanan motor performans, motor görevin yapılabilirlik seviyesini ifade eder (Özkara, Kalkavan, 2018, s.2).

Yapılan bir hareket veya hareket neticesini belirlemek amacıyla kullanılmaktadır. Performans hareketin ölçülebilen bir özelliği olup çoğunlukla zaman veya mesafe olarak belirtilmektedir. Örneğin; durarak uzun atlama performansı mesafe, koşu hızıysa zaman olarak belirtilmektedir. Oyun aktivitesi esnasında çocuğun aynı mesafeyi üç ayrı seferde ve ne kadar sürede koşabildiğini bulup ortalamalarını alıp çocuğun performansını gösterilebilir (Gümüldağ ve Yıldırım, 2018, s.30).

1.5.5.3.Motor Davranış

Hareket biliminin alt disiplini olarak bilinen bu başlık, bireyin hareket davranışının ilkelerini araştırıp devinim davranışlarının yeteneklerini detaylı biçimde ele alan bir ilim alanıdır. Buradaki “davranış” kavramının spor bilimlerine aktarılmış “performans” kavramıyla aynı anlamı ifade ettiği söylenebilmektedir (Özkara ve Kalkavan, 2018, s.2).

Öğrenme ve kalıtım süreçleriyle motor gelişim, motor performans ve motor kontrol alanında ortaya çıkan değişimlerdir. Motor davranışın gelişimi, yalnız hareketler ile başlayıp komplike hareketlerle süren bir süreçtir (Sürek, 2019, s.9).

1.5.5.4.Motor Öğrenme

Bu kavram; deneyimle, davranışın öğrenilmesiyle alakalı olarak performansta görülen ilerlemeleri açıklamaktadır. Motor öğrenme teriminin kullanımı için performans, öğrenmenin neticesi şeklinde devam etmelidir. Hareket modeliyse bir davranışın yapılmasında veya performansın meydana gelmesinden gerekli olan nörolojik süreçlerin dıştan izlenebilir niteliğini belirtir (Şen, 2004, s.6).

Çevre aracılığıyla ortaya çıkan uyaranlar, geçmiş tecrübeler ve bunların neticesinde ortaya konulan hareketlerde meydana gelen davranışlar performanstaki sürekliliği göstermektedir (Ballı, 2006, s.23). Birçok tekrarlama neticesinde motor performansta kalıcı izli bir değişim ortaya çıkıyorsa burada motor öğrenmenin olduğu söylenebilir. Becerilerin ve performansın geliştirilebildiği aşama, motor öğrenme aşamasıdır.

1.5.6.Temel Motor Beceriler

Motor beceri, deneyimle öğrenmenin etkisi ile ortaya konulan hareket ve hareket grubu olarak tanımlanmaktadır. Temel beceriler (koşma, yürüme, sıçrama, fırlatma vb.) küçüklükten itibaren gelişim sürecine girmektedir. Yeni hareket öğrenimi ve becerilerin öğrenilmesi yaşam boyu süren bir süreç olarak kabul görülür (Pişkin, Şengür, ve Aktuğ 2020, s.26).

1.5.6.1.Lokomotor Beceriler

Lokomotorda hedef, vücudun bulunduğu konumu değiştirmek, başka bir deyişle alanda bir noktadan başka bir noktaya hareket etmek demektir. En önemli lokomotor beceriler emeklemek, yürümek, koşmak ve atlamaktır. Daha sonraları yuvarlanmak, tırmanmak, zıplamak, sıçramak ve sekmek gelmektedir. Bu hareketlerin her birisi farklı şekillerde birleştirilip yeni hareketlerin ortaya çıkmasında kullanılmaktadır. Böylelikle hareket modelleri oluşur. Çocuk hareket halindeyken kendisini çevreden ayırt edebilir. Nesnelere arasında hareket edip mesafe ve mekânda konum kavramlarını geliştirir (Gümüüşdağ ve Yıldırım, 2018, s.43).

Lokomotor hareketler basitçe yürüyerek yapılan hareketlerdir. Vücudun bir noktadan başka bir noktaya taşındığı, (yürüme, koşma, sekme, zıplama gibi) hareketleri kapsar (Turan ve Çamlıyer, 2016, s.16).

1.5.6.2.Non-Lokomotor Beceriler

Nonlokomotor bünyesinde yürüyüş olmadan uygulanan davranışlardır. Bu durumda vücudun sabit bir alanda bulunması zorunlu değildir. Örneğin, yuvarlanmak nonlokomotor harekettir ve yuvarlanılıp vücut bir noktadan başka bir noktaya taşınılabılır. Lakin bu hareketler çoğunlukla bedenin olduğu konumdan hareket ettirilmeden yerinde yapılan hareketlerden oluşmaktadır (Turan ve Çamlıyer, 2016, s.17).

Durur biçimde dile getirilen bu hareketler, bükülme, germe gibi; çökme, oturma, ayakta durma ve uzanma gibi pozisyonlarda yapılmaktadır (Gümüşdağ ve Yıldırım, 2018, s.56).

Lokomotor olmayan (nonlokomotor) yetenekler bireyin, bulunmuş olduğu konum üzerinde dengesini yerçekimine karşı koruma yeteneğidir (Şam, 2023, s.6).

1.5.6.3.Manipülatif Beceriler

Manipülatif hareketler bireylerin nesneyle ilişkisini gerekli kılan davranışları (yakalama, fırlatma, vurma...); dengeleme hareketleriyse, belirli bir seviyede denge gerektiren hareketleri (dönme, çömelme, yuvarlanma...) barındırır ve çocuklar için kolay değildir (Çoknaz,2016, s.84).

Objelerle ilişki içerisinde yapılan motor manipülasyonda kişi, objelere kuvvet uygulayıp ve kuvvet almaktadır. İtiş hareketlerindeyse objeyle kuvvet uygulayıp vücudundan uzaklaştırır. Bu ana hareketler vurma, yakalama, top yuvarlama gibi becerileri barındırır. Vücut veya vücut parçasının, cismin hareket rotasına dâhil olarak objeye engel olmayı veya göstermeye çalıştığı emici hareketler; yakalama vb. hareketleri içerir. Diğer hareket formları ile kombine bir biçimde kullanılan manipülatif hareketlerde; adım atma, uzanma, dönme hareketlerinin harmanı olan itici hareketler, bükülme ve adım atma hareketlerini kullanan emici hareketler yer alır (Gümüşdağ ve Yıldırım, 2018, s.58).

1.6.Temel Motorik Özellikler

Vücudumuz dayanıklılık, kuvvet, beceri veya sürat gibi motor eylemleri yapabilmek amacıyla motor özelliklerinden faydalanmaktadır. Motorik özellikler, hem vücudumuzun kalıtsal biçimde programlanmış bazı yeteneklerini hem de vücudumuzun gelişme ve olgunlaşma esnasında sahip olunan becerilerini kapsamaktadır (Zeybek, 2007, s.19).

Temel motorik özellikler bireyin bedensel güç ve yeteneğini ayrıca karmaşık yapıdaki motorik spor gücü seviyesini sınırlayan unsurlardır (Tezel, 2022, s.7).

Temel motorik özellikler, motor becerilerden farklı biçimde doğuştan var olup öğrenilmemiş ancak sonradan geliştirebilen ve performansın temelini oluşturan yeteneklerdir (Çavdar, 2021, s.56).

1.6.1. Kuvvet

Literatürde bulunan bilgilere baktığımızda, kuvvetin birden fazla uzmanın aynı anlamı ifade eden farklı fikirlerle açıkladığıyla karşılaşılmaktadır (Hekim, Hekim, 2015, s.111).

Kuvvet kavramını biyolojik olarak ele aldığımızda; bireyin, bir direnci yenmesi ya da bir ağırlığı hareket ettirmesi olarak açıklayabiliriz (Yolcu, 2022, s.5).

Bir başka tanıma göre; sporda performansın iyi sonuç almasını sağlayan motorsal yeteneklerden biridir. Sporcuların kassal faaliyetleri ile dışarıdan maruz olduğu zorluklarla başa çıkması, dış zorluklara karşı kuvvet uygulayıp bir kütleyi hareket ettirebilmesi (kendi ağırlığını veya bir spor aletini) ve dirence karşı kasılıp cevap vermesi maksimum kasılma gücü üretebilmesidir (Karabağ, 2022, s.14).

Diğer bir tanıma göre ise insan sahip olduğu kuvvet ile bir dirence karşı koyabilir, bu direnci yenebilir, bir aracı (Spor aracı vb.) ya da kendi vücudunu hareket ettirebilir (Taraf, 2021, s.27).

İhtiyaçlara bağlı olarak bir kas veya kas grubunun maksimum eforu sonucunda dinamik ya da statik gerilim oluşturabilmektir. Kaslar kimyasal enerjiyi mekanik işe çevirip günlük hayatımızdaki işleri ve sportif hareketleri gerçekleştirmektedir. Bu sebeple kas sisteminin esas görevi kasılıp bedensel harekete etki eden kuvveti ortaya çıkarmaktır (Gül, 2013, s.8).

1.6.2. Dayanıklılık

Dayanıklılık gerektiren spor branşlarında sporcunun performansını uzun süre aynı seviyede koruyabilmesi ve devam ettirebilmesi sporcunun sportif performansı açısından çok önemlidir (Uzun, 2021, s.12).

Dayanıklılık sıkıntıya, strese ya da acı çekmeyi sürdürebilme yetisi olarak karşımıza çıkmaktadır (Ünver, 2021, s.25).

Diğer bir tanıma göre dayanıklılık, çoğunlukla sporcunun fizyolojik ve fiziksel yorgunluk düzeyine dayanabilme becerisidir (Selvi, 2023, s.13).

Genel olarak dayanıklılık motorsal ve bireysel karakterle alakalı bir beceridir. Bu becerinin niteliği solunum sistemi, kalp-dolaşım sistemi, psikolojik ve sinir sistemi etkenleriyle belirlenmektedir. Bu sebeple dayanıklılık vücudun karşı direnç yeteneğidir. Yorgunluk bu şekilde meydana gelir. Uygulanan çalışmada aynı şiddet içerisinde aratarak zorlaşır ve sonuçta imkânsızlaşır. Organizmanın belli istekler ve yüklenmeler içerisinde farklı biçimde çalışmasının neticesi dayanıklılıktır. Bu durumda kendisini yorgunluk hissine karşı uzun süreli yük altında direnç yetisinde ve yüklenmeden sonra organizmanın toparlanma yetisinde ortaya çıkar (Ertuş, 2010, s.17).

1.6.3.Sürat

Sürat, sporda randımanı etkileyen temel motorik özelliklerden biridir. Bedenin ya da vücudun farklı bir uzvunu, belirli açısında koordinasyon ile en kısa zamanda hareket etmesi yeteneğine sürat denir (Emre, 2022, s.14).

Başka bir tanımdaysa yüksek hızda yapılan hareketleri en yüksek düzeyde gerçekleştirebilmesidir (Kıbrıs, 2023, s.16).

İnsanın kendi vücudunu en yüksek hız ile bir noktadan bir noktaya hareket ettirmesi ve hareketlerin mümkün olduğunca büyük bir hızla yapılması sürat olarak ifade edilir. Kalıtımsal bir yeti olup ancak bilinçli yapılan antrenmanla gelişir ve hedeflenen noktaya gelebilir. Sürat, birim zamanda alınan yol; hız ise birim zamanda kat edilen mesafedir (Hadi, 2015, s.11).

Fizyolojik açıdan sürat, kas-sinir sisteminin hıza aktif olması ve bu hızlı çalışma yeteneğini hareketsel olay olarak yapması olarak ifade edilir. Alınmış mesafenin zamana bölümüdür. O vakit hareket halindeki bir cismi ivmelendiren kuvvettir. Süratin kuvvetle olan ilişkisi bir bütün olarak ele alınmaktadır. Çünkü sürat kuvvetsiz geliştirilememektedir (Okut, 2023, s.31).

1.6.4.Esneklik

Esneklik, bir eklem veya eklem gruplarının hareket edebildiği aralıktır. Spor biliminde esneklik, kas-iskelet hareketliliği, geniş açılı hareketlerin uygulanması, sol ve sağ eklem ve organlar vb. salınımların yönlere olan mesafesi olarak

tanımlanmaktadır (Kızılbağ, 2023, s.23) Kasın aktif olarak rol almasıyla hareketin uygulanması aktif hareketliliği temsil eder (Örneğin; gövdeyi öne bükme, kolu yukarıya kaldırma) (Tezel, 2022, s.10).

Esneklik ne kadar yetersiz olursa sporcunun sakatlanması ve hareketin öğrenilmesi o kadar zorlaştırmaktadır. Bunun yanı sıra esneklik kapasitesi yetersiz olma durumunda diğer motorik özellikleri de olumsuz yönde etkilemektedir. Hareketin öğrenilmesi ve doğru yapılması üzerine olumsuz etkilemektedir (İpek, 2022, s.10). Ayrıca, becerilerin kolay, hızlı ve etkili şekilde gerçekleşmesine imkân tanır. Cinsiyet ile yaş da esnekliği etkilemektedir. Belli düzeydeki genç bayanlar, genç erkeklere göre daha esnektir. En tepe esneklik seviyesine 15-16 yaşlarında ulaşılır (Şar, 2022 s.11). Yaş ilerledikçe esneklik özelliğinde düşüş yaşanmaya başlanılır (Şahin, 2021, s.6).

1.6.5.Koordinasyon (Beceri)

Koordinasyon, “zor gözükken hareketleri daha az bir sürede öğrenerek farklı süre ve durumda hızlıca, amaca göre yapma ve tepki gösterme kabiliyeti” şeklinde açıklanmaktadır (Dere, 2021, s.18).

Sporda Koordinasyon için değişik hareketleri hedefe uygun ve birbiri ile ahenkli bir biçimde yapma becerisi olduğunu belirterek koordinasyonun aslında hedefi ve amacı aynı olan vücutta hareket kabiliyeti olan vücut elemanlarının karmaşık hareketleri uygulamak adına harekete katılan parçaları kontrol edip bir beceriyi ortaya koyabilme yetisi olarak tanımlamıştır (Çimen, 2021, s.15).

Beceri, en sade haliyle, yatkınlık ve öğrenime bağlı olarak, bir işin üstesinden gelme, bir işlemi amacına uygun biçimde, gerektiği şekilde neticelendirme yetisidir. Başka bir deyişle beceri, karmaşık hareketleri öğrenebilme ve farklı durumlarda birim zaman içerisinde, amaca yönelik en çabuk şekilde tepki gösterebilme yeteneğidir (Zavotçu, 2023, s.3). Bu kapsamda beceri teknikle bir araya gelerek performansı açığa çıkarmaktadır (Tanyeri, 2016, s.46). İnce motor yeteneklerin kullanımında, mesleki aktivitelerin yapılmasında, koşma, yürüme, atlama gibi günlük hayatla alakalı kolay ve yardımcı etkinlikleri ortaya koymada motor koordinasyon gerekmektedir. Koordineli hareketler sağlam bir denge ve postür fonksiyonuyla beraber sinerjistik ve resiprokal kas aktivitelerinin doğru sıralamasını ve zamanlamasını gerektirmektedir (Orhan, 2015, s.14).

1.6.5.1.Koordinasyonu Etkileyen Faktörler

- Vücut ağırlığı
- Boy uzunluğu
- Denge
- Görerek Hedefleme
- Kas Gerilimi
- Yaş
- Sportif Teknik
- Spor Zekâsı
- Motor Deneyim

Koordinasyon becerisini etkileyen başlıca faktörlerdir (Dere, 2021, s.21).

İKİNCİ BÖLÜM

MATERYAL VE YÖNTEM

2.1.Araştırma Modeli

Bu araştırmanın amacı, fiziksel etkinlik kartlarının 11-13 yaş ortaokul öğrencilerinin koordinasyon becerisi üzerindeki etkisinin değerlendirilmesidir. Yapılan araştırmanın yöntemi nicel araştırma yöntemlerinden deneysel yöntem olup kontrol gruplu ön test ve son test deseni kullanılmıştır. Deneysel yöntem, araştırmacının kontrolü altında değişkenler arasındaki neden ve sonuç ilişkilerini keşfedebilmek amacıyla gözlenmek istenen verilerin üretildiği araştırma alanıdır (Büyüköztürk, 2000, s.65). Ön test ve son test kontrol gruplu modelde, yansız atama ile oluşturulmuş iki grup bulunur. Bunlardan birisi deney, ötekisi kontrol grubu olarak kullanılmaktadır. Her iki grupta da deney öncesi ve deney sonrası ölçümler yapılmaktadır. Modelde ön testlerin bulunması, grupların deney öncesi benzerlik derecelerinin bilinmesine ve son test sonuçlarının buna göre düzenlenmesine katkı sağlar (Karasar, 2008, s.56).

2.2.Araştırma Grubu

Araştırma grubu İstanbul ili, Esenyurt İlçesindeki Kıraç Nüzhet Usta Bilginan Ortaokulunda öğrenim gören 11-13 yaş aralığındaki 32 öğrenci oluşturmaktadır.

Tablo 2. Araştırma grubu yaş, cinsiyet ve kişi sayısı

Gruplar	Yaş	Cinsiyet	N
1	11	Kız	2
		Erkek	3
	12	Kız	3
		Erkek	3
	13	Kız	3
		Erkek	2
2	11	Kız	3
		Erkek	3
	12	Kız	2
		Erkek	3
	13	Kız	3
		Erkek	2

1: Deney Grubu, 2: Kontrol Grubu

Örnekleme grubu belirlenirken gerçek deneysel desenlerden, ön test- son test kontrol gruplu seçkisiz desen kullanılmıştır. Ön test- son test kontrol gruplu seçkisiz desen oluşturulurken, ilk olarak önceden belirlenen denek havuzundan seçkisiz atama ile iki grup oluşturulur. Gruplardan biri deney, diğeri kontrol grubu olarak seçkisiz bir

şekilde belirlenir. Daha sonra iki grupta yer alan, deneklerin uygulama öncesinde bağımlı değişkenle ilgili ölçümleri alınır. Uygulama sürecinde ise etkisi test edilen deneysel işlem deney grubuna verilirken kontrol grubuna verilmez. Son olarak gruplardaki deneklerin bağımlı değişkene ait ölçümleri aynı araç ya da eş formu kullanılarak tekrar edilir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2014. S.204).

Tablo 3. Ön test - son test kontrol gruplu seçkisiz desen

Grup	Ön Test	İşlem	Son Test
1	O1	X	O3
2	O2		O4

1: Deney Grubu, 2: Kontrol Grubu X: Deney Grubuna Uygulanan Etkinlikler, O: Ölçümler

Deneysel işlemin etkisini görmek amacıyla deney ve kontrol gruplarının bağımlı değişkene ait ölçme sonuçları uygun teknikler kullanılarak karşılaştırılır edilir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2014. S.205).

Tablo 4. Araştırmaya dahil olma ve dışlanma kriterleri

Araştırmaya Dâhil Olma Kriterleri	Araştırmadan Dışlanma Kriterleri
11-13 Yaş Aralığında Olma	11-13 Yaş Aralığında Olmama
Kronik Rahatsızlığının Bulunmaması	Kronik Rahatsızlığının Bulunması
Bir Spor Branşında Lisanslı Olmaması	Bir Spor Branşında Lisanslı Olması
Fiziksel Engelinin Bulunmaması	Fiziksel Engelinin Bulunması

2.3. Veri Toplama Araçları

Çalışmayı yapan araştırmacının hazırladığı tanımlayıcı form; yaş ve cinsiyet olmakla beraber toplam 2 maddeden oluşur. Katılımcıların koordinasyon beceri düzeyini ölçmek için Kiphard ve Schilling (1974) 'in geliştirmiş olduğu ve 2007 yılında düzenlenip modernizasyonu sağlanarak 5-14 yaşlarındaki çocuklarda hareket ve koordinasyon yeteneklerini değerlendirmek için tasarlanan ‘‘Çocuk Beden Koordinasyon Testi’’ kullanılmıştır. ‘‘Çocuk Beden Koordinasyon Testi’’; Geriye Dengeleme, Tek Ayak Sekme, Yanlara Sıçrama ve Yanlara Adımlama (platformla) gibi 4 bedensel testten oluşur. Her bir katılımcı için ortalama uygulama süresi 15 dakikadır (Özkara ve Kalkavan, 2018, s.80). Okul çağındaki çocuklarda kolay hareket bölümlerinden yüksek seviyedeki hareket davranışlarına kadar sahip olunan ya da bu

becerilerde problemi olan bütün çocuklarda uygulanabilmektedir. Bu test türü dezavantajlı olan çocukların alışık olmadıkları bir testteki davranış durumlarıyla karşı karşıya olduklarından ötürü pasif olarak yıllardır kendilerinde var olan motor eksikliklerin tespit edilmesi açısından önemli bir test konumundadır. Bu sebeple, Çocuk Beden Koordinasyon Testi çocukluk döneminde uygulanan en önemli testlerden birisidir. Testin değerlendirilmesi “yetersiz motor koordinasyon” (MK< 56), “şiddetli motor yetersizlik” (MK 56-70), “orta dereceli motor yetersizlik” (MK 71-85), “normal” (MK 86-115), “iyi” (MK 116-130) ve “çok iyi” (MK 131-145+)) kategorilerinden oluşmaktadır (Özkara, A. B. 2018). Çocuk Beden Koordinasyon Testinin Ortaokul Grubu Türk Çocukları İçin Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması Özkara ve Kalkavan tarafından (2018) yapılmıştır (Kanbir, Akkoç, Kırlangıç ve Erkut, 2021, s.21).

2.3.1. Boy Ölçümleri

Sporcuların ağırlıkları dijital göstergeli tartı kullanıp ölçülmüştür. Sporcular ölçüm anında yalnızca tişört ve şortla ölçüme dâhil olmuştur. Elde edilen sonuçlar “kg” cinsinden kayıt altına alınmıştır (Gür, 2021, s.25).

2.3.2. Ağırlık Ölçümleri

Sporcuların boyları, sıfır göstergesi yere gelecek biçimde duvara sabit bir şekilde ayarlanan şerit metreyle ölçülmüştür. Sporcular ölçüme çıplak ayakla katılım sağlamıştır. Elde edilen bulgular “cm” cinsinden kayıt altına alınmıştır (Gür, 2021, s.25)

2.4. Test Ölçümleri

2.4.1. Geriye Dengeleme

Tablo 5. Geriye dengeleme tablosu

Materyal	Denge istasyonunun yüksekliği 3 cm, toplam uzunluğu 3 m olan, her biri sırasıyla 6 - 4,5 - 3 cm genişliğinde üç tane ahşap bardan oluşur. Her bar, denge materyalinin kullanımının basitliğinden dolayı 1'er metreden oluşan üç tane küçük barın birleşmesi sonucu oluşmuştur. Orta kısımda olan parça, başta ve sonda kalan barları birleştiren ve iki ucunda da 15x1.5x5 cm ölçülerinde olan bir ahşap plakayla birbirine sabitlenmiştir. Yan yana yerleştirilen barlar arasındaki uzaklık 50 cm'dir. Her barın başlangıç ve bitiş noktasında barların uç kısımlarında 25x25x5 cm ebatlarında destek platformu yer alır. Bu platformlarla beraber denge materyalinin yerden yüksekliği 5cm'dir.
Deneme	Her bir denge barında; 1 defa geriye doğru ve 1 defa da ileri doğru olmak koşuluyla çalışma yapılabilmektedir.

Uygulama	Çalışmanın uygulandığı kişi, 3 m uzunluğunda, 5 cm yüksekliğinde, genişliği ilerledikçe azalan (sırasıyla 6 cm, 4,5 cm, 3 cm) ve birbirlerine paralel biçimde yerleştirilen üç tane barda sırayla geriye doğru adımlar. Barların her birinde, art arda uyguladığı üç ayrı uygulama sonucunda ortaya çıkan skorların toplamıyla toplam puan elde edilir. Toplanan puan birinci motor beceri katsayısını vermektedir. Gözetmen, uygulamadan önce katılımcıya gerekli bilgilendirmeleri sunar ve kişiye bir defa deneme hakkı verilir. Kişi, deneme hakkı sonrasında test istasyonunun başlangıç noktasına gelerek teste başlar.
Değerlendirme	Genel toplam 1. Bölümden alınan toplam puanı temsil etmektedir. Her denemeden en fazla 8 puan, 3 deneme yapılan her bir bardan 24 puan, testin tamamından 72 puan alınabilir. Yere temas etmeden geriye doğru atılan her adım 1 puandır. İlk adım puan olarak sayılmaz. (Özkara ve Kalkavan, 2018, s.90)

2.4.1.1. Geriye Dengeleme Test Görselleri



(Andrade, Davidson, Santos, 2020). (Lovell, Fransen, Bocking, Coutts, 2019).

2.4.2. Tek Ayak Sekme

Tablo 6. Tek ayak sekme tablosu

Materyal	Engeller, yumuşak bir yapıda olup engellerin yüksekliği 5 cm, genişliği 20 cm, uzunluğu 50 cm'dir. Engellerin yükseklik ölçüsü 0 ile 60 cm aralığında farklılık gösterebilmektedir.
Deneme	Sağ ve sol olmak üzere her bir ayak ile iki defa deneme yapılmaktadır. 5 - 6 yaş arasındaki kişilerin deneme atlayışlarını engelsiz bir biçimde yaparken 7 yaş ve üstündeki kişilerin deneme atlayışlarıysa 5 cm yüksekliğindeki engelin üzerinden yapılmaktadır.
Uygulama	Kişi, sıçrama istasyonunun 1-2 adım önünde konumlanarak hazır durumda bulunmalıdır. Uygulamaya geçmeden hemen öncesinde tek ayakta 1-2 kez sıçrayarak engele yaklaşır ve sonraki hamlesinde aynı ayağını kullanarak engelin üstünden sıçrayıp karşıya geçer. Uygulamanın kabul sayılması için engel üstünden atlayarak karşıya

geçip minimum 2 sefer daha sıçrayıp ilerlemesi gerekmektedir. Diğer ayak ile de aynı hareket dizilimi yapıldıktan sonra puanlamaya geçilir. Her yaş grubunun başlangıç seviyesindeki yükseklik ölçüleri farklılık gösterir. Başlangıç yükseklikleri: 5- 6 yaş: 5 cm, 7- 8 yaş: 15 cm, 9 – 10 yaş: 25 cm, 11 – 14 yaş: 35 cm.

Değerlendirme Kişiyeye her bir yükseklik için 3 defa uygulama hakkı verilir. İlk hakkında başarılı olan kişi 3 alarak sonraki aşamaya geçer. Kişi ilk denemede başarılı olamaz, ikinci denemede başarılı olursa 2 puan, üçüncü denemede başarılı olursa 1 puan alır ve sonraki aşamaya geçer. Kişi eğer üçüncü hakkında da başarı sağlayamazsa kişinin testi sonlandırılır. Sıçrama ayaklarının tamamı birbirlerinden ayrı şekilde, bağımsız bir biçimde değerlendirilmektedir. Bir ayak için maksimum 39 puan alınabilmesi mümkün olduğundan dolayı iki ayakla sıçramadan alınabilecek puan maksimum 78'dir. (Özkara ve Kalkavan, 2018, s.90)

2.4.2.1. Tek Ayak Sekme Test Görselleri



(Andrade, Davidson, Santos, 2020).



(Kale, 2022).

2.4.3. Yanlara Sıçrama

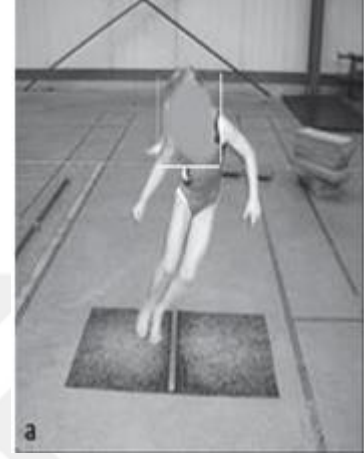
Tablo 7. Yanlara sıçrama tablosu

Materyal	İhtiyaç halinde etrafı sağından/solundan çizilerek alan oluşturulabilecek bir ahşap çita kullanılmaktadır. Bu ahşap çitanın yüksekliği 2, uzunluğu 60, genişliği ise 4 cm'dir.
Deneme	Test öncesinde kişiye iki taraf için toplamda 10 defa sıçrama hakkı verilir.
Uygulama	Test süreyle sınırlandırılmıştır. Kişi ister sağ ister sol olmak üzere istediği taraftan başlayacak şekilde konumlanır ve ahşap çitanın bir yanından diğer yanına çift ayakla sıçrayarak testi uygulamaya geçer.

Değerlendirme

Başarılı sayılan her bir sıçrama 1 puandır. Kişi, 15 saniyelik süre boyunca sağa ya da sola doğru yapılan her sıçramadan ayrı ayrı olmak üzere 1'er puan alır. Süre bittiğinde elde edilen toplam puan not edilir ve diğer uygulamaya geçilir. İkinci uygulamanın sonunda iki uygulamadan kazanılan puanların toplamı kaydedilir. (Özkara ve Kalkavan, 2018, s.91)

2.4.3.1. Yanlara Sıçrama Test Görselleri



(Andrade, Davidson, Santos, 2020).

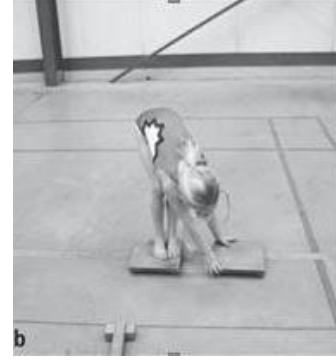
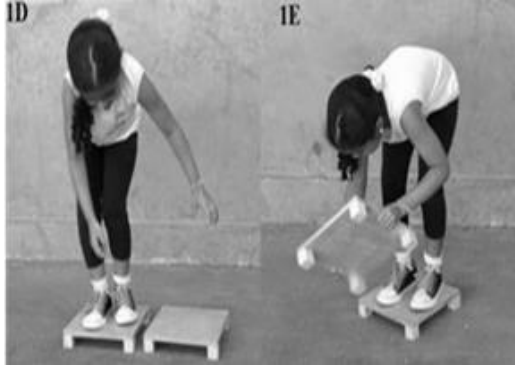
(Lovell, Fransen, Bocking, Coutts, 2019).

2.4.4. Platformlarla Yanlara Adımlama

Tablo 8. Platformlarla yanlara adımlama tablosu

Materyal	Uzunluğu ve genişliği 25'er cm, yüksekliği ise 2 cm olan kare şeklindeki iki tane ahşap platform ve platformların altında sabit şekilde ve zemine oturmasına destek olacak her biri için dört tane (yükseklikleri: 3,7cm) destekleyici ayak.
Deneme	Kişi her iki ayağıyla test materyalinin üzerine çıkarak ilk platformdan ikinci platforma beş defa geçecek şekilde deneme hakkını kullanır.
Uygulama	Kişi, ilk platformun üzerinde iki ayağıyla beraber durur, eğilip diğer platformu her iki elini kullanıp yan tarafa koyar ve üzerine geçer. Aksiyonun başarılı sayılması için platformu kesinlikle iki eli ile tutmalı ve üzerine iki ayağıyla basmalıdır. Yani elleri ve ayaklarıyla platforma temas etmelidir. Düzenli olarak bu hareketi tekrarlar. Test zamanla sınırlandırılmıştır ve iki uygulama yapılır.
Değerlendirme	Hareket ettirilerek üzerine geçiş yapılan her platform için kişiye 1 puan verilir. 20 saniye içerisindeki puanların tamamı toplanarak ikinci uygulamaya geçiş yapılır. Her iki uygulamadan alınan puanların toplamı kaydedilir (Özkara ve Kalkavan, 2018, s.91).

2.4.4.1. Platformla Yanlara Adımlama Test Görselleri



(Andrade, Davidson, Santos, 2020).

(Lovell, Fransen, Bocking, Coutts, 2019).

Tablo 9. Deney grubuna uygulanacak olan etkinlik planı

Haftalar	Gün Sayısı	Çalışma Süresi	Günler	Etkinlikler
1.Hafta	3	40 dk.	Pazartesi	Hazine Sandığı
			Çarşamba	Labirentten Çıkma
			Cuma	Pas Ver
2.Hafta	3	40 dk.	Pazartesi	1-2-3-4
			Çarşamba	Beş Pas
			Cuma	Paslı Ebelemece
3.Hafta	3	40 dk.	Pazartesi	Boşluğu Bul
			Çarşamba	Alanı Korum
			Cuma	Çok Kaleli Oyun
4.Hafta	3	40 dk.	Pazartesi	Kanat Oyunu
			Çarşamba	Çizgide Top
			Cuma	At, İzle, Yakala
5.Hafta	3	40 dk.	Pazartesi	Koşan Top
			Çarşamba	Hedefi Vur
			Cuma	Hızlı Koş
6.Hafta	3	40 dk.	Pazartesi	Hedefe Fırlat
			Çarşamba	İsabetli Atış
			Cuma	Zincirleme Atış
7.Hafta	3	40 dk.	Pazartesi	Şirnak Beyzolu
			Çarşamba	Yedi Kale (Kule)
			Cuma	Hamam Kubbe
8.Hafta	3	40 dk.	Pazartesi	Çember Çevirme
			Çarşamba	İş Birliği Yapalım
			Cuma	Yönümüzü Bulalım
9.Hafta	3	40 dk.	Pazartesi	Problemi Çözdüm
			Çarşamba	Uçan Disk
			Cuma	Eşini Yönlendir
10.Hafta	3	40 dk.	Pazartesi	İletişim Yolları
			Çarşamba	Puan Topla
			Cuma	Yer Değiştirmeler

2.5.İstatistiksel Analiz

Kişisel bilgi formu, ‘‘Çocuk Beden Koordinasyon Testi’’nden elde edilen bulgular IBM SPSS25.0 paket programına girilip analizler bu program vasıtasıyla yapılmıştır. Adaylarla alakalı kişisel bilgiler, boy ve ağırlık değerleri tespit edilip verilmiştir. Puanların normal dağılım durumlarına; normal dağılım eğrileri, çarpıklık-basıklık (skewness-kurtosis) değerleri Shapiro-Wilk testi ile incelenerek bakılmıştır. Verilerin normallik seviyelerine göre normal dağılımda olduğu tespit edildiğinden dolayı verilerin analizinde Repeated Measures Anova testi kullanılmıştır. Bir grubun tekrarlayan ölçüm ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olup olmadığını belirlemede tek yönlü varyans analizi testi kullanılır. Bu testin yapılabilmesinin varsayımları, örneklem grubunun tesadüfi seçilmiş olması ve ölçüm ortalamalarının normal dağılım özelliği göstermesi olarak söylenebilir (Cevahir, 2020, s.68). Tekrarlı ölçüler tasarımı olarak bilinen tek yönlü varyans analizi testi, bize ölçümler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığını söyler, ancak fark var ise bu farkın etkisi ya da büyüklüğü konusunda bilgi vermez. Etki büyüklüğü bize etkinin önemi konusunda objektif bir ölçüm sağladığı için faydalıdır. Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerinde ne derecede etkili olduğunu belirlemek için Eta Kare (η^2) ilişim katsayısı testi uygulanmıştır (Cevahir, 2020, s.70). (Eta kare (η^2) hesaplanırken referans aralığı η^2 ; 0.01= küçük, 0.06=orta ve 0.14=büyük etki olarak sınıflandırılmıştır (aktaran Hazır, Köse, Esatbeyoğlu, Ekinci ve İşler, 2020).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Tablo 10. Katılımcıların tanımlayıcı istatistikleri

Grup	Cinsiyet	N	Parametre	Min.	Maks.	Ortalama
1	Kız	8	Boy(cm)	130	159	145,12
			Kilo(kg)	34	57	42,75
	Erkek	8	Boy(cm)	132	168	144,62
			Kilo(kg)	30	60	38,37
	Kız + Erkek Toplam	16	Boy(cm)	130	168	144,87
			Kilo(kg)	30	60	40,56
2	Kız	8	Boy(cm)	129	170	145,00
			Kilo(kg)	27	75	46,87
	Erkek	8	Boy(cm)	132	159	144,50
			Kilo(kg)	30	59	45,75
	Kız + Erkek Toplam	16	Boy(cm)	129	170	144,75
			Kilo(kg)	27	75	46,31

1: Deney Grubu, 2: Kontrol Grubu

Tablo 10 incelendiğinde araştırmaya katılan deney grubu kız (N=8) ve erkek (N= 8) öğrencilerin boy parametresinin toplam değerlerine bakıldığında kızların ortalama 145,12 erkek öğrencilerin boy parametresinin toplam değerlerine bakıldığında ortalamanın 144,62, olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan deney grubu kız ve erkek öğrencilerin boy ölçümlerden aldıkları maksimum ve minimum boy uzunluğu değerine bakıldığında kız öğrenciler için maksimum 159 cm minimum 130 cm ve erkek öğrenciler için maksimum 168 cm minimum 132 cm olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan deney grubu kız ve erkek öğrencilerin kilo parametresinin toplam değerlerine bakıldığında kızların ortalama 42,75 erkek öğrencilerin kilo parametresinin toplam değerlerine bakıldığında ortalamanın 38,37, olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan deney grubu kız ve erkek öğrencilerin kilo ölçümlerden aldıkları maksimum ve minimum ağırlık değerine bakıldığında kız öğrenciler için maksimum 57 kg minimum 34 kg ve erkek öğrenciler için maksimum 60 kg minimum 30 kg olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan kontrol grubu kız (N=8) ve erkek (N= 8) öğrencilerin boy parametresinin toplam değerlerine bakıldığında kızların ortalama 145,00 erkek

öğrencilerin boy parametresinin toplam değerlerine bakıldığında ortalamanın 144,50, olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan kontrol grubu kız ve erkek öğrencilerin boy ölçümlerden aldıkları maksimum ve minimum boy uzunluğu değerine bakıldığında kız öğrenciler için maksimum 170 cm minimum 129 cm ve erkek öğrenciler için maksimum 159 cm minimum 132 cm olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan deney grubu kız ve erkek öğrencilerin kilo parametresinin toplam değerlerine bakıldığında kızların ortalama 46,87 erkek öğrencilerin kilo parametresinin toplam değerlerine bakıldığında ortalamanın 45,75, olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan kız ve erkek öğrencilerin kilo ölçümlerden aldıkları maksimum ve minimum ağırlık değerine bakıldığında kız öğrenciler için maksimum 75 kg minimum 27 kg ve erkek öğrenciler için maksimum 59 kg minimum 30 kg olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 11. Tanımlayıcı istatistik tablosu

	Mean	SS	N
Geriye Dengeleme (ort)	26,4219	3,88153	32
Tek Ayak Sıçrama (ort)	51,0625	8,52865	32
Yanlara Sıçrama (ort)	62,5156	9,12766	32
Platformla Yanlara Adımlama (ort)	22,5625	2,98315	32
Toplam Test Puanı (ort)	162,5625	19,16051	32

Tablo 11 incelendiğinde, araştırmaya katılan kız (N=16) ve erkek (N= 16) öğrencilerin geriye dengeleme değerlerine bakıldığında ortalamanın 26,42 standart sapmanın 3,88 olduğu saptanmıştır.

Araştırmaya katılan kız (N=16) ve erkek (N= 16) öğrencilerin tek ayak sıçrama değerlerine bakıldığında ortalamanın 51,06, standart sapmanın 8,52 olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan kız (N=16) ve erkek (N= 16) öğrencilerin yanlara sıçrama değerlerine bakıldığında ortalamanın 62,51 standart sapmanın 9,12 olduğu saptanmıştır.

Araştırmaya katılan kız (N=16) ve erkek (N= 16) öğrencilerin platformla yanlara adımlama değerlerine bakıldığında ortalamanın 22,56, standart sapmanın 2,98 olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan kız (N=16) ve erkek (N= 16) öğrencilerin toplam test puanı değerlerine bakıldığında ortalamanın 162,56 standart sapmanın 19,16 olduğu saptanmıştır.

Tablo 12. Normallik incelemesi

	Grup	Shapiro-Wilk	Çarpıklık	Basıklık	Sonuç
Geriye Dengeleme	Deney	,033	1,291	2,018	PT
	Kontrol	,176	,727	-,432	PT
Tek Ayak Sıçrama	Deney	,094	,254	-1,150	PT
	Kontrol	0,003	1,054	-,166	PT
Yanlara Adımlama	Deney	,920	-,261	,053	PT
	Kontrol	,534	-,028	-1,044	PT
Platformla Yanlara Adımlama	Deney	,954	-,161	,217	PT
	Kontrol	0,19	,914	,999	PT
Toplam Ön Test	Deney	,564	-,357	-,822	PT
	Kontrol	,267	,576	-,356	PT

Tablo 12, normallik incelemesine ait bulgular incelendiğinde verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerine Shapiro- Wilk testi ile bakılmıştır. Bu bulgura göre tüm testlerin parametrik olduğu belirlenmiştir. Verilerin normallik testi sonuçlarında kaynağa göre çarpıklık ve basıklık katsayıları dikkate alındığında, bütün puanların ± 3 aralığında yer aldıkları tespit edilmiştir. Kalaycı ve bazı araştırmacılara göre katsayıların ± 3 aralığında yer almalarının kabul edilebilir bir durum olduğu belirtilmiştir (Büyüköztürk, 2007). Bu sebepten veriler normal değerler olduğu kabul edilmiştir.

Tablo 13. Geriye dengeleme ölçümlerinin ön ve son test değerleri

Parametreler Gruplar	N	Ön test		Son test		F	*p	η^2
		X±Ss	X±Ss	X±Ss	X±Ss			
Geriye Dengeleme	1	16	24,94±4,61	29,44±5,52	1,255	,271	,040	
	2	16	24,69±6,29	26,63±4,30				
	Toplam	32	24,81±5,42	28,03±5,07				
						***F: 1,049, p: ,314, η^2 : ,034		
						**F: 6,618, p: ,015, η^2 : ,181		

1: Deney Grubu, 2: Kontrol Grubu, *Gruplar arası karşılaştırma (Tests of between-subjects effects), **Grup içi karşılaştırma (Tests of within-subjects effects, ön ile son test arası), *** Etkileşim (Tests of within-subjects effects, Zaman*grup), $p=0.05$

Yapılan analiz sonucunda katılımcıların grup içi geriye dengeleme (p: ,015) sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu, gruplar arası geriye dengeleme (p: ,271) sonuçlarında herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Uygulanan antrenman programı sonucunda zaman içerisinde grup etkileşim değerlerine bakıldığında geriye dengeleme (p: ,314) özelliğinde anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Etki değerine bakıldığında Eta kareye göre küçük etki düzeyinde olduğu görülmüştür.

Tablo 14. Tek ayak sıçrama ölçümlerinin ön ve son test değerleri

Parametreler Gruplar	N	Ön test		Son test		F	*p	η^2
		X±Ss	X±Ss	X±Ss	X±Ss			
Tek Ayak Sıçrama	1	16	52,63±9,237	56,69±9,776	6,732	,015	,183	
	2	16	46,50±5,598	48,44±8,414				
	Toplam	32	49,56±8,132	52,56±9,903				
						***F: ,964, p: ,334, η^2 : ,031		
						**F: 7,688, p: ,009, η^2 : ,204		

1: Deney Grubu, 2: Kontrol Grubu, *Gruplar arası karşılaştırma (Tests of between-subjects effects), **Grup içi karşılaştırma (Tests of within-subjects effects, ön ile son test arası), *** Etkileşim (Tests of within-subjects effects, Zaman*grup), $p=0.05$

Yapılan analiz sonucunda katılımcıların grup içi tek ayak sıçrama (p: ,009) sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu, gruplar arası tek ayak sıçrama (p:,015) sonuçlarında da anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Uygulanan antrenman programı sonucunda zaman içerisinde grup etkileşim değerlerine bakıldığında tek ayak sıçrama (p: ,334) özelliğinde anlamlı bir fark olmadığı tespit

edilmiştir. Etki değerine bakıldığında Eta kareye göre küçük etki düzeyinde olduğu görülmüştür.

Tablo 15. Yanlara sıçrama ölçümlerinin ön ve son test değerleri

Parametreler Gruplar	N	Ön test		Son test		F	*p	η^2
		$\bar{X} \pm Ss$	$\bar{X} \pm Ss$	$\bar{X} \pm Ss$	$\bar{X} \pm Ss$			
Yanlara Sıçrama	1	16	64,19 \pm 10,094	69,38 \pm 8,831	8,732	,006	,225	
	2	16	57,44 \pm 6,643	59,06 \pm 10,155				
	Toplam	32	60,81 \pm 9,078	64,22 \pm 10,728	***F: 1,681, p: ,205 , η^2 : ,053			
		**F: 6,146, p: ,019 , η^2 : ,170						

1: Deney Grubu, 2: Kontrol Grubu, *Gruplar arası karşılaştırma (Tests of between-subjects effects), **Grup içi karşılaştırma (Tests of within-subjects effects, ön ile son test arası), *** Etkileşim (Tests of within-subjects effects, Zaman*grup), $p=0.05$

Yapılan analiz sonucunda katılımcıların grup içi yanlara sıçrama (p: ,019) sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu, gruplar arası yanlara sıçrama (p:,006) sonuçlarında da anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Uygulanan antrenman programı sonucunda zaman içerisinde grup etkileşim değerlerine bakıldığında yanlara sıçrama (p: ,205) özelliğinde anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Etki değerine bakıldığında Eta kareye göre küçük etki düzeyinde olduğu görülmüştür.

Tablo 16. Platformla yanlara adımlama ölçümlerinin ön ve son test değerleri

Parametreler Gruplar	N	Ön test		Son test		F	*p	η^2
		$\bar{X} \pm Ss$	$\bar{X} \pm Ss$	$\bar{X} \pm Ss$	$\bar{X} \pm Ss$			
Platformla Yanlara Adımlama	1	16	22,56 \pm 2,780	25,56 \pm 3,405	10,595	,003	,261	
	2	16	21,00 \pm 2,000	21,13 \pm 3,722				
	Toplam	32	21,78 \pm 2,511	23,34 \pm 4,171	***F: 6,618, p: ,015 , η^2 : ,181			
		**F: 7.819, p: ,009 , η^2 : ,207						

1: Deney Grubu, 2: Kontrol Grubu, *Gruplar arası karşılaştırma (Tests of between-subjects effects), **Grup içi karşılaştırma (Tests of within-subjects effects, ön ile son test arası), *** Etkileşim (Tests of within-subjects effects, Zaman*grup), $p=0.05$

Yapılan analiz sonucunda katılımcıların grup içi platformla yanlara adımlama (p: ,009) sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu, gruplar arası platformla yanlara adımlama (p: ,003) sonuçlarında da anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Uygulanan antrenman programı sonucunda zaman içerisinde grup etkileşim

değerlerine bakıldığında platformla yanlara adımlama (p: ,015) özelliğinde anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir Etki değerine bakıldığında Eta kareye göre büyük etki düzeyinde olduğu görülmüştür.

Tablo 17. Toplam test puanı ölçümlerinin ön ve son test puanları

Parametreler Gruplar	N	Ön test	Son test	F	*p	η^2	
		X±Ss	X±Ss				
Toplam Test Puanı	1	16	164,31±17,0 3	181,06±18,77	12,149	,002	,288
	2	16	149,63±14,7 8	155,25±18,48			
	Toplam	32	156,97±17,3 7	168,16±22,53	***F: 8,079, p: ,008 , η^2 : ,212		
				**F: 32,67, p: ,001 , η^2 : ,521			

1: Deney Grubu, 2: Kontrol Grubu, *Gruplar arası karşılaştırma (Tests of between-subjects effects), **Grup içi karşılaştırma (Tests of within-subjects effects, ön ile son test arası), *** Etkileşim (Tests of within-subjects effects, Zaman*grup), p=0.05

Yapılan analiz sonucunda katılımcıların grup içi toplam test puanı (p: ,001) sonuçlarında istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı fark olduğu, gruplar arası toplam test puanı (p:,002) sonuçlarında da anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Uygulanan antrenman programı sonucunda zaman içerisinde grup etkileşim değerlerine bakıldığında toplam test puanı (p: ,008) özelliğinde anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir Etki değerine bakıldığında Eta kareye göre büyük etki düzeyinde olduğu görülmüştür.

SONUÇ VE ÖNERİLER

11-13 yaş ortaokul öğrencilerine uygulanan Fiziksel Etkinlik Kartlarında bulunan etkinliklerin çocukların koordinasyon becerisi üzerine etkisinin ne derece etkilediği ya da etkilemediği, değişim olup olmadığını sorgulamak amacıyla yapılan bu çalışmada, antropometrik ve KTK (Motor Koordinasyon) tespit etmek için ölçümler yapılmıştır.

Yapılan çalışmada katılımcıların boy ve vücut ağırlığı parametreleri deney grubunda sırasıyla ortalama 144,87 cm ve 40,56 kg olarak bulunurken, kontrol grubunda katılımcıların sırasıyla boy ve vücut ağırlığı 144,75 cm ve 46,31 kg değerinde bulunmuştur.

Araştırma sonucunda; fiziksel etkinlik kartları uygulamalarının çocuk beden koordinasyon testi; geriye dengeleme, tek ayak sıçrama, yanlara sıçrama, platformla yanlara adımlama ve toplam test puanları deney ve kontrol grupları arasında anlamlı farklılık olduğu, anlamlı farklılıkların deney grubu lehine olduğu tespit edilmiştir. Deney grubu puanlarına bakıldığında, tek ayak sıçrama, platformla yanlara adımlama ve toplam test puanları arasında pozitif yönde gelişme gerçekleştiği tespit edilmiştir.

Literatüre bakıldığında, Yılmaz ve Bozkurt (2017), yapmış oldukları çalışmalarında deney grubunda denge ve sürat özelliklerinin ön ve son test değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Yaptığımız çalışmada deney grubunun ön ve son test geriye dengeleme puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır, bu sonuçla beraber yapmış olduğumuz çalışma literatürdeki çalışma ile paralellik göstermektedir.

Liu (2015), çalışmasında deney grubuna uygulanan eğitsel oyunların çocukların koordinasyon becerisi üzerine etkisinin olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yaptığımız çalışmada deney grubunun ön ve son test toplam puanları incelendiğinde çalışmamız ile benzerlik göstermekte ve çalışmamızı desteklemektedir.

Milasius ve Beliaziun (2018), yaptıkları çalışmalarında branşa özgü eğitsel oyunların bu yaş grubunda ki öğrencilerin koordinasyon becerilerini geliştirdiği sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuçla birlikte yaptığımız çalışmada deney grubunun ön ve son test toplam puanları incelendiğinde çalışmamız ile benzerlik göstermekte ve çalışmamızı desteklemektedir.

Başal ve Yüksel (2021), yaptıkları çalışmada belirlenen eğitsel oyunları deney grubu ile oynamış ve daha sonra yaptıkları ön test ve son test ölçümlerinde denge testi parametresinde anlamlı bir fark olduğu sonucu elde edilmiştir. Yaptığımız çalışmada deney grubunun ön test ve son test geriye dengeleme puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu noktada çalışmamız literatürdeki araştırma ile farklılık göstermektedir. Bunun nedeni olarak yapılan araştırma da dengeyi ölçmek amacı ile statik dengeyi ölçen Flamingo Denge testi kullanılmıştır, araştırmamızda Çocuk Beden Koordinasyon testinin alt boyutu olan ve dinamik dengeyi ölçen geriye dengelemeye bakılmış olması gösterilebilir.

Kaya, Köroğlu, Sarıtaş, Kaya ve Sucan (2019), çalışmalarında, yağ satarım bal satarım, yakan top, mendil kapmaca, gibi farklı eğitsel oyunlara katılan deney grubu ile haftada 1 gün 2 ders saati beden eğitimi ve spor dersine katılan kontrol grubunun ön test-son test ölçümlerinin istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunduğunu ve bulunan sonuçların son test lehine olduğunu bildirmişlerdir. Yaptığımız çalışmada deney grubunun ön ve son test ölçümleri toplam puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu noktada çalışmamız literatürdeki araştırma ile benzerlik göstermektedir.

Kaya (2011), hazırlanan eğitim programı paralelinde uygulanan eğitsel oyunların, çocukların denge ve koordinasyon becerilerine olumlu derecede katkıda bulunduğunu ortaya koymuştur. Yaptığımız çalışmada deney grubunun ön ve son test toplam test puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu noktada çalışmamız literatürdeki araştırma ile benzerlik göstermektedir.

Sonuç olarak; Fiziksel Etkinlik Kartlarında bulunan etkinliklerin 11-13 yaş ortaokul öğrencilerinin koordinasyon becerisi üzerine etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Deney grubuna uygulanan etkinlikler özel planlamalar ve materyaller kullanılarak yapılmış ve bu sonuçların ortaya çıkmasını sağlamıştır.

Sonuç olarak 11-13 yaş aralığında bulunan öğrenciler üzerine araştırmalar yapılmış olsa da Fiziksel Etkinlik Kartları ile hazırlanmış uygulamaya dayalı bir araştırmaya rastlanmamıştır. Genel anlamda ortaokulda uygulanan beden eğitimi ve spor dersi programlarının eksiklikleri ve uygulamadaki zorlukları üzerinde durulsa da

spor etkinliklerinin çocukların psikomotor gelişimlerinde pozitif anlamda önemli bir yer tuttuğunu ortaya koyan çalışmalar da bulunmaktadır.

Ortaokul öğrencilerinde psikomotor gelişimi kazanmak ve korumak birbirine bağlı çeşitli faktörlere bağlıdır. Beden eğitimi ve spor dersi, beden eğitimi ve spor dersi öğretmeni, derslerde yapılan etkinlikler, aile ve çevre önemli faktörlerdir.

Ülkemizde ilkokulda beden eğitimi ve spor dersinin olmaması, ortaokullarda beden eğitimi ve spor dersi ders saatinin iki saatle sınırlı olması ve beden eğitimi dersinin verimli işlenmesine fayda sağlayan materyallerin kısıtlı olması çocukların motor gelişimine ket vurmaktadır. Erricsson (2011), 9 yıl boyunca yürüttüğü araştırmanın sonucu olarak okulun öğrencilerin motor becerilerinin gelişimini teşvik etmek için iyi bir potansiyele sahip olduğunu ancak hafta da iki dersin yeterli olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Araştırmamız bu görüşü destekler niteliktedir. Araştırma bulgularında tespit edilen deney grubuna 10 hafta boyunca haftada üç gün olmak üzere yapılan uygulamanın deney grubunun lehine olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin öğrenme ortamlarını planlamak çok önemlidir. Onların fiziksel etkinliklerini oyun yoluyla daha eğlenceli hale getirerek derse daha aktif katılmalarını sağlamak oldukça önemlidir.

Dağdelen ve Kösterelioğlu (2015), ilkokullarda haftada beş saat eğitim verilen Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersinin, öğrencilerin bütüncül gelişiminde önemli bir yere sahip olduğu sonucunu tespit etmişlerdir. Bunun yanında Ertan (2013) 'ın yapmış olduğu çalışmasında, Oyun ve Fiziki Etkinlikler ders programının uygulamak için sınıf öğretmenlerinin yeterliliklerini düşük bulmuştur ve derse yeteri kadar önem vermediklerini saptamıştır. Bu düşünceyi destekler nitelikte bir diğer çalışmada öğretmenlerin Oyun ve Fiziki Etkinlikler dersi ders saati içerisinde başka dersleri işleyerek diğer derslerin eksikliklerini kapattıkları tespit edilmiştir (Altun, 2016; Dağdelen ve Kösterelioğlu, 2015; Şentürk, Yılmaz ve Görener, 2015). Bütün bu araştırmalar neticesinde beden eğitimi ve spor dersi, ilkokullarda işlenen oyun ve fiziki etkinlikler dersine, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin girmeleri ve ders saatinin artırılması gerektiği ortaya koymaktadır. Araştırmamızda Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeninin bu çalışmayı yürütmesi literatürü doğrular niteliktedir.

Doğru planlama, içeriği zengin ve doğru materyallerin kullanımını sağlayarak yapmış olduğumuz çalışmamızda ortaokulda kullanılan Fiziksel Etkinlik Kartlarındaki

etkinliklerin 11-13 yaş ortaokul öğrencilerinin koordinasyon becerisinin gelişiminde pozitif yönde anlamlı katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Öneriler;

- Okullarda Beden Eğitimi ve Spor Dersinin ders saati arttırılabilir.
- Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersine Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni girmesi sağlanabilir.
- Fiziksel Etkinlik Kartları ile ilgili Beden Eğitimi ve Spor dersi öğretmenlerine seminer, kurs vb. çalışmalar arttırılabilir, çeşitlendirilebilir.
- Çalışmanın daha kaliteli sonuçlar vermesi için okullara materyal desteği sağlanabilir.
- Yetersiz durumda olan ya da hiç olmayan okulların spor salonu ihtiyaçları karşılanabilir.
- Öğrenci velilerine konuyla ilgili gerekli eğitim ve seminerler verilerek öğrencilerin gelişimlerinin okul dışında da sürdürülmesi sağlanabilir.
- Toplanan veriler bir okuldan elde edilmiştir. Çalışmanın yapılacağı okul ve öğrenci sayısı arttırılarak daha nesnel verilere ulaşılabilir.
- Araştırmada 11-13 yaş grubu ve kız/erkek birlikte değerlendirilmiştir. İlgili çalışmalar farklı yaş grupları ve kız/erkek cinsiyet gruplar ayrı ayrı değerlendirilerek yaş ve/veya cinsiyet grupları arası karşılaştırılması yapılabilir.
- Araştırmada; haftada 3 gün, 40 dakikalık etkinliklerden oluşan, 10 haftalık bir eğitim programı uygulanmıştır. Çocuklara daha uzun süreçte bir etkinlik uygulaması yapılarak kısa-uzun süreli etkileri ayrı ayrı karşılaştırılabilir.

KAYNAKÇA

- Ağırtaş, R. (2017). Ortaokullarda beden eğitimi ve spor dersinde akran eğitiminin etkililiği: Fiziksel etkinlik kartlarının kullanımı (Elazığ il rneği)/The effectiveness of peer education in physical education and sports lessons in secondary schools: Use of physical activity cards (Elazığ province example).
- Akin, S. (2015). Okul ncesi 60-72 aylık çocukların temel motor beceri gelişiminde eğitsel oyunların etkisi. *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Đlkđretim Anabilim Dalı Okul ncesi ğretmenliği Bilim Dalı*
- Akkaya, A. (2021). Bilişsel Gelişim Antrenmanlarının ocuklarda Grsel Algı zerine Etkisi (Master's Thesis, Hitit Üniversitesi).
- Aksoy, A. B., & Koran, N. (2016). Türkiye'de Bebeklik Dönemi ile İlgili Yapılan Araştırmaların Analizi (2004-2014). *Turkish Journal Of Social Research/Turkiye Sosyal Arastirmalar Dergisi*, 20(2).
- Altun, M. (2016). İlkokul Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Yeni ğretim Programının Sınıf ğretmenlerinin Görüşleriyle Değerlendirilmesi: Kırşehir İli rneği** . *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* , 5 (2) , 327-347 .
- Altun, M., Hazar, M. (2017). Fiziksel Etkinlik Kartları ile Zeka Oyunlarının İlkokul ğrencilerinin Dikkat Ve Grsel Algı Düzeylerine Etkisi.
- Andrade, F., Davidson, J., Santos, A., (2020). Comparative Analysis of Gross Motor Coordination Between Overweight/Obese and Eutrophic Children. *Fisioterapia em Movimento*. 33. 10.1590/1980-5918.033.ao13.
- Aral, N., Baran, G., (2011). Okul ncesi Eğitim/Okul ncesi Eğitim Programı İstanbul: Ya-Pa Yayınları
- Arı, R., re, ., Yılmaz, H. (1999). Gelişim ve ğrenme Psikolojisi (2.Baskı) Mikron Yayınları Bilişsel Gelişim
- Arslan, M., Ersözlü, Z. N., Aydoğan, İ., İskender, M., Helvacı, M. A., Turhan, M., Eğitim Bilimine Giriş, *Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Fakültesi*, (2009).
- Aslan, M., Erden, R.Z., (2020). Ortaokul ğretmenlerinin ğretim Programına Bağlılıklarının İncelenmesi, *Yy Eğitim Fakültesi Dergisi (Yyu Journal Of Education Faculty)*, 2020; 17(1):175-199.
- Atli, K. (2017). Beden Eğitimi ve Spor Derslerinde Fiziksel Etkinlik Kartları Uygulamaları ile Yürütülen Akran ğretimi Modeline İlişkin ğrenci ve ğretmen Görüşleri. *Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul*.
- Bala, G., & Drid, P. (2010). Anthropometric and motor features of young judoists in Vojvodina. *Collegium antropologicum*, 34(4), 1347-1353.

- Ballı, Ö. M., & Gürsoy, F. (2012). Bruininks-Oseretsky Motor Yeterlik Testinin Beş-Altıyaş Grubu Türk Çocuklar İçin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*.
- Başal, H. A. (2012). Gelişim ve psikoloji: Nasıl mutlu ve başarılı bir çocuk yetiştirebilirim? Bursa: Ekin Basım Yayın Dağıtım.
- Başal, V., Yüksel, M. F. (2021). 12-13 Yaş Grubu Kız Çocuklarının Fiziksel Özelliklerinin Gelişiminde Eğitsel Oyunların Etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(3), 412-428.
- Bengü Türkoğlu: Türkoğlu, B. & Uslu, M. (2016). Oyun Temelli Bilişsel Gelişim Programının 60-72 Aylık Çocukların Bilişsel Gelişimine Etkisi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, (6),50-68.
- Beyazıt, H. (2012). Hareketli müzik etkinliklerinin anasınıfı çocuklarında beden koordinasyonu gelişimine etkisi (*Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)*).
- Bilgin, M., Atıcı, M.K., (2007). Gelişim Psikolojisi. Ankara: Pegem Yayıncılık.s.12-60.
- Büyüköztürk, Ş. (2000), Deneysel Desenler, Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün Ö., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2014). Bilimsel Araştırma Yöntemleri Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Canküyer, E. ve Aşan, Z. (2005). Parametrik Olmayan İstatistiksel Teknikler, Anadolu Üniversitesi Fen Fakültesi Yayınları No:28, Eskişehir.
- Cevahir, E. (2020). SPSS ile Nicel Veri Analizi Rehberi. 1. Baskı, Kıbele Yayınları.
- Cirav, Ö. (2018). 9-10 Yaş Grubu Çocuklara Uygulanan Eğitsel Oyun Aktivitelerinin Fiziksel ve Motorik Özelliklerine Etkisi (*Master's Thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*).
- Çağlayan, Ahmet (2006), Geçmişten günümüze eğitim kurumları, İstanbul: Gülhane Yayınları,
- Çavdar, E. (2021). Sirkadiyen Ritme Göre Isınma Çeşitlerinin Öğrencilerin (14-16 Yaş) Temel Motorik Özellikleri ile Beden Eğitimi ve Spor Ders Tutumlarına Etkisi. *Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara*.
- Çimen, E. (2021). Life Kinetik Egzersizlerin Motor Koordinasyon ve Beceri Öğrenimi Üzerine Akut ve Kronik Etkilerinin İncelenmesi. *Doktora Tezi, Life Kinetik Egzersizlerin Motor Koordinasyon ve Beceri Öğrenimi Üzerine Akut ve Kronik Etkilerinin İncelenmesi, Kütahya*.
- Çoknaz, H. (2016). Motor Gelişim Boyutuyla Çocuk ve Spor. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 83-91.

- Dağdelen, O. & Kösterelioğlu, İ. (2015). İlkokullardaki Oyun Ve Fiziki Etkinlikler Dersinin Öğretmen Görüşlerine Göre Değerlendirilmesi . Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi , (19) , 97-128 . DOI: 10.14520/adyusbd.35272
- Demir, M. (2013). Eğitime Olmayan Hizmetli Personelin Örtük Program Çerçevesinde Öğrencilerin Duyuşsal Gelişimine Olan Etkisinin İncelenmesi (*Master's Thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Demirci, E. (2007). Okul öncesi eğitimde psikomotor gelişim (*Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Dere, O. (2021). U15 ve U16 Yaş Kategorisi Erkek Futbolcularda Branşa Özgü Koordinasyon Çalışmalarının Beceri Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kütahya*.
- Dinçel, E. (2006). Ergenlik dönemi gelişimsel ödevleri ve psikolojik problemler. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara*.
- Duman, T. (2019). Toplumsal Uyum İçin Eğitimin Önemi: Türkiye'deki Suriyeliler Örneği. *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, (41), 343-368.
- Eleser, S. Çocuklarda Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK) ile Hazırlanmış Sekiz Haftalık Düzenli Bir Çalışmanın Seçilmiş Bazı Psiko-Motor Özelliklere Etkisi (*Master's Thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü*).
- Emre, M. (2022). Hentbol Süper Liginde Oynayan Yerli ve Yabancı Oyuncuların Sürat, Çeviklik ve Teknik Becerilerinin Karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya*.
- Ericsson, I. (2011). Effects of increased physical activity on motor skills and marks in physical education: an intervention study in school years 1 through 9 in Sweden. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 16(3), 313-329.
- Erim, A. (2016). Gitar Eğitiminde Başlangıç Yaşı ve Kritik Dönem Olgusu. *Sanat ve Tasarım Dergisi*, 6 (1), 169-178. DOI: 10.20488/Www-Std-Anadolu-Edu-Tr.291264
- Ertus, Z. (2010). Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Özel Yetenek Sınavlarında Gösterdikleri Dayanıklılık Performansı ile Eğitim Öğretim Dönemindeki Dayanıklılık Performansının Karşılaştırılması. *Journal Of Current Researches On Educational Studies*, 4(1), 1-10.
- Esen, E. & Mirzeoğlu, A. D. (2018). Beden Eğitimi ve Spor Derslerinde Kullanılan Fiziksel Etkinlik Kartlarının Akademik Öğrenme Zamanına Etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26 (4), 1091-1100
- Fidan, N. (2012). Okulda Öğrenme ve Öğretme. 3. Baskı: Şubat 2012 Baskı: *Cantekin Matbaası Ankara*

- Gül, M. (2013). Kuvvet ve İzometrik Kuvvet Antrenmanlarının Maksimal, Optimal ve Kuvvette Devamlılık Üzerine Etkisi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Programı İçin Öngördüğü Bilim Uzmanlığı Doktora Tezi Olarak*.
- Gül, S. K., & Güneş, İ. D. (2009). Ergenlik Dönemi Sorunları ve Şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 80.
- Gümüşdağ, H., & Yıldırım, M. (2018). Spor Bilimlerinde Çocuklarda Motor Gelişim. *Nobel Yayıncılık, Mart. 1.Basım: Ankara*.
- Gür, S., (2021). Elit Kadın Basketbolcularda El Antropometrik Ölçümleri İle El Kavrama Kuvveti Ve Denge Becerisinin, Şut Performansı Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı Hareket ve Antrenman Bilimleri Dalı*
- Güryıl, E. (2011). 6 yaş Grubu Çocuklarda Ritmik Hareketlerin Koordinasyon Gelişimine Etkisinin İncelenmesi (*Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)*).
- Hadi, G. (2015). Futbolda dar alan çalışmalarıyla, topsuz sürat çalışmalarının sürat, çeviklik, hızlanma ve beceri özelliklerine etkisinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı*
- Hazır, T., Köse, M. G., Esatbeyoğlu, F., Ekinci, Y. E., & İşler, A. K. (2020). Yüksek şiddetli egzersizin bioelektrik impedans yöntemi ile ölçülen vücut kompozisyonu üzerine etkisi. *Spor Hekimliği Dergisi*, 55(2), 102-111.
- Hekim, M., & Hekim, H. (2015). Çocuklarda kuvvet gelişimi ve kuvvet antrenmanlarına genel bakış. *Güncel Pediatri*, 13(2), 110-115.
- İlme, Y. (2019). Meslek Lisesi Öğrencilerinin Mühendislik Başarısı ve Mühendislik Eğitime Alternatif Öneri: *Mühendislik Lisesi (Master's Thesis, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü)*.
- İpek, E. (2022). Sedanter Erkeklerde Tabata ve Thera-Band Egzersizlerinin Motorik Özellikler Üzerine Etkilerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Ana Bilim Dalı, Bayburt*.
- Kadah, K. Hemşirelik Öğrencilerine 0-1 Yaş Bebeklik Döneminde Oyunun Önemi Ve Oyuncak Seçimi Hakkında Verilen Eğitimin Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı, Adana*.
- Kalaycı, Ş. (2009). Spss Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri. Ankara: *Asil Yayınevi*
- Kale, R. (2003). Beden Eğitimi ve Oyun Öğretimi (1. Baskı) Nobel Yayınları: Dağıtım Ankara.

- Kale, R., Sporda Alan ve Laboratuvar Testleri ile Performansın Değerlendirmesi 7. Ders Notları *İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu*
- Kanbir, Ö. (2018). Fiziksel Etkinlik Kartlarının Ortaokul Öğrencilerinin Dikkat ve Problem Çözme Becerilerine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı Spor Eğitim Bilim Dalı, İstanbul.*
- Kanbir, Ö., Akkoç, Ö., Kırlangıç, S. & Erkut, A. O. (2021). Erken Çocukluk ve Çocukluk Dönemini Değerlendiren Motor Gelişim Ölçeklerinin İncelenmesi. *EurasianResearch in SportScience*, 6 (2), 180-205.
- Kandır, A. (2004). Gelişimde 3-6 Yaş Çocuğum Büyüyor. Morpa Kültür Yayınları, İstanbul
- Kandır, A., & Alpan, U. Y. (2008). Okul Öncesi Dönemde Sosyal-Duygusal Gelişime Anne-Baba Davranışlarının Etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 14(14), 33-38.
- Kaptan, G., & Bozkurt, S. Fiziksel Etkinlik Uygulamalarının 2. Sınıf Öğrencilerinin Hareket Becerilerinin Kazanımına Etkisi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 86-102.
- Kara, B., & Sucu, N. (2016). Beden Eğitimi Açısından Çocuk ve Gençlerde Psikomotor Gelişim. *Uluslararası Medeniyet Çalışmaları Dergisi*, 1(2), 81-129.
- Karabağ, S. (2022). Maksimal Kuvvet Antrenmanlarında Farklı Kasılma Tiplerinin Kas Kuvvetine ve Kas Hipertrofisine Etkisi *Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı*
- Karaman, B, Süel E. (2020). Okul Öncesi Eğitim Kurumlarında Oynatılan Fiziksel Etkinliğe Dayalı Oyunların Psikomotor Gelişimi Üzerine Etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(3), 529-539.
- Karasar, N. (2008). Bilimsel araştırma yöntemi (18. bs.). *Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.*
- Kaya, E. (2022). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Değer Algısı ve Beden Eğitimi Ve Spor Dersinin Kazandırdığı Değerlere Yönelik Görüşleri. *Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.*
- Kaya, E., Köroğlu, Ö., Sarıtaş, Y., Kaya, M., Sucan, S. (2019). Eğitsel Oyunlar Etkinliğine Katılımın Çocuklardaki Denge, Reaksiyon ve Çeviklik Üzerine Etkisi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 35-42.
- Kaya, H. (2019). Aysel güremen'in "Selen'in öyküleri" üzerine çocuğun dil ve kişilik gelişimine katkısı bağlamında bir değerlendirme (thesis) (Doctoral dissertation, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi).

- Kaya, N. D. (2011). 0-5 Yaş Arası Çocuklarda Müzikli Oyunların Gelişime Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. *İstanbul Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*.
- Kaygısız, Ç. (2018). Dil Edinim Sürecinde Kritik Dönem Hipotezinin Gözden Geçirilmesi *Öz Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Yıl: 6, Sayı: 71, Haziran 2018, S. 437-447.
- Kıbrıs, M. (2023). 12-14 Yaş Tenisçilerde Self-Miyofasyal Gevşetme Tekniklerinin Esneklik Kuvvet ve Sürat Üzerine Etkisinin İncelenmesi (*Master's Thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*).
- Kızıllıbağ, Ö. (2023). 11-13 Yaş Grubu Kick Boks Sporcularına Uygulanan 8 Haftalık Thera-Band Antrenmanlarının Bazı Fiziksel ve Motorik Özellikler Üzerine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Kastamonu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı Hareket ve Antrenman Bilim Dalı, Kastamonu*.
- Koç, M. (2004). Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1 (17), 231-238.
- Koç, M., Yavuzer, Y., Demir, Z., Çalışkan, M., (2001). Gelişim ve Öğrenme, *Nobel Yayın Dağılım*, No: 317.
- Liu, Y. Q. (2015). Experimental substantiation of methodic of 11-13 years old boxers' coordination development. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, *Henan Polytechnic University* (6), 14-22.
- Mamak, H. (2012). İlköğretim Okullarında Beden Eğitimi ve Spor Derslerinin Amaçlarına Ulaşma Düzeyini Etkileyen Faktörler. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 109-115.
- MEB (2013) Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı Uygulama Kılavuzu *Ankara: MEB Yayınları*
- MEB (2017) Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Öğretim Programı 1-4 Sınıflar *Ankara: MEB Yayınları*
- MEB (2018) Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı Ortaokul 5, 6, 7 ve 8. Sınıflar *Ankara: MEB Yayınları*
- Mecit Aslan: Aslan, M. & Erden, R. Z. (2020). Ortaokul Öğretmenlerinin Öğretim Programına Bağlılıklarının İncelenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (1), 175-199. Doi: 10.33711/Yyuefd.691525
- Milaşius, K., & Beliaziun, A. (2018). Coordination abilities training of 11-13 years old young judo wrestlers. In Sport. Olimpism. Sănătate: congres științific internațional: culegere de rezumate: ediția a 3-a: 13-15 septembrie 2018. Chișinău: USEFS, 2018. Chișinău: USEFS, 2018.

- Okut, S. (2023). Adolesan Dönem Boksörlerde 6 Haftalık Kuvvet Ve Sürat Antrenmanlarının Bazı Fiziksel Ve Fizyolojik Parametreler Üzerine Etkisi. *Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.*
- Orhan, İ. (2015). Kinetik beyin egzersizi programının, motor beceri, koordinasyon, reaksiyon süresi, dikkat ve denge özellikleri üzerine etkisinin incelenmesi.
- Ömeroğlu, E. (2007). 6-12 Yaş Çocukların Gelişimi, Çocuk ve Ergen Gelişimi. Morpa Kültür Yayınlar, İstanbul 13-16.
- Özde, H. Ö., Cerrahoğlu, N., & Kurak, K. (2023). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Öğrencilere Kazandırmış Olduğu Değerlere Yönelik Görüşlerinin İncelenmesi. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 87-99.
- Özdenk, Ç. (2007). 6 yaş grubu öğrencilerinin psikomotor gelişimlerinin sağlanmasında oyunun yeri ve önemi/*The place and importance of play for pschomotor development of six-years age-group nursery students.*
- Özdenk, S. (2018). Spor Bilimlerinde Akademik Araştırmalar, Beden Eğitimi Ve Spor, Faydaları, Önemi Ve Sınıflandırılması *Physical Education And Sports, Benefits, Important And Classification.*
- Özer, D.S. (2021). Çocuklarda Motor Gelişim, Nobel Yayıncılık
- Özer, K.M., Özer, D.S., (2007). Çocuklarda Psikomotor Gelişim (5. Baskı), Nobel Yayınları
- Özkara, A. B., & Kalkavan, A. (2018). Çocuk Beden Koordinasyon Testinin (Ktk: Körperkoordinations Test Für Kinder) Ortaokul Grubu Türk Çocukları İçin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Sportmetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 1-11.
- Öztürk, Y. (2019). Fiziksel Etkinlik Kartlarının 5. Sınıf Öğrencileri Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi (*Doctoral Dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)*).
- Parlaz, E. A., Tekgül, N., Karademirci, E., & Öngel, K. (2012). Ergenlik dönemi: fiziksel büyüme, psikolojik ve sosyal gelişim süreci. *Turkish Family Physician*, 3(2), 10-16.
- Pişkin, N. E., Şengür, E., & Aktuğ, Z. B. (2020). Çocuklarda Yaz Spor Okullarının Motor Beceri Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 25-37.
- Sandıkçı, B. (2021). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersine Yönelik Görüşleri. *Yüksek Lisans Tezi, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Rize.*

- Selvi, S. (2023). Voleybol Oyuncularının Üst Ekstremitte Kas Kuvvetinin Bazı Fiziksel Parametreler ve Dayanıklılık Performansı İle İlişkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.*
- Senemoğlu, N. (2013). Gelişim, öğrenme ve öğretim: kuramdan uygulamaya. Ankara: Yargı Yayınevi
- Serbes, H. (2010). 8-10 Yaş Grubu Kız Çocuklarına Uygulanan Cimnastik Antrenmanının Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Gelişimlerine Etkisinin Araştırılması (*Master's Thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü*).
- Sönmez, V. (2005). Eğitim Felsefesi (7. basım). Ankara: Anı Yayıncılık
- Sülün, F. (2022). Fiziksel Etkinlik Kartlarının Öğrencilerin Sportmenlik Davranışlarına ve Sosyal Beceri Düzeylerine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Sürek, S. (2021). Takım Spor Yapan ve Bireysel Spor Yapan Öğrencilerin Algısal Motor Becerileri İle Dikkat Öelliklerinin İncelenmesi (*Doctoral Dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)*).
- Şahin, Ş., & Özçelik, Ç. Ç. (2016). Ergenlik Dönemi ve Sosyalleşme. Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi, 5(1), 42-49.
- Şahin, Z. (2021). Kan Akımı Kısıtlaması ile Uygulanan Kuvvet Antrenmanlarının Taekwondo Sporcularının Bacak Kuvveti Gelişimine Etkisinin İncelenmesi (*Doctoral Dissertation, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*).
- Şam, C.T. (2023). Temel Hareket Eğitimi Atatürk Üniversitesi Ders Notları, Erzurum Atatürk Üniversitesi
- Şar, H. (2022). Elit Tenisçilerde Antropometrik ve Motorik Özellikler ile Tenis Performansı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Doktora Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Samsun.*
- Şen, M. (2004). Anaokuluna devam eden altı yaş çocukların motor gelişimlerine beden eğitimi çalışmalarının etkisinin incelenmesi (*Master's thesis, Fen Bilimleri Enstitüsü*).
- Şentürk, U. , Yılmaz, A. & Gönener, U. (2015). Okul Öncesi Dönemde Motor Gelişime Yönelik Hareket Eğitimi ve Oyun Çalışmalarının İçerik Analizi . Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri , 10 (2) , 0-0 .
- Şirin, İ. Lise Öğrencilerinin Beden Eğitiminde Temel Psikolojik İhtiyaçlarının ve Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Hitit Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Çorum.*

- Tanyeri, L. Genç Erkek Snowboardcularda Stabil ve Stabil Olmayan Zeminlerdeki Koordinasyon Uygulamaları ve Farklı Öğrenme Yöntemlerinin Denge, Esneklik, Çeviklik ve Beceri Üzerine Etkisi. *Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.*
- Taraf, O. (2021). 4 Haftalık Dominant Bilek-Önkol Kuvvet Çalışmalarının Kontlateral ve İpsilateral Kuvvet Ve Reaksiyon Zamanlarına Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Taşpınar M. (2017) Sosyal Bilimlerde SPSS Uygulamalı Nicel Veri Analizi, Pegem Akademi.
- Tepeli, K. (2012). Motor (Hareket) Gelişimi. In M. E. Deniz (Ed.), Erken Çocukluk Döneminde Gelişim (4. Baskı, ss. 91–124). Ankara: Maya Akademi
- Tezcan, M., (1985). Eğitim Sosyolojisi, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları*, No:150.
- Tezel, A. K. (2022). Orta Düzeyde Aktif Genç Erkeklerde Yüksek Şiddetli İnterval Antrenmanın Temel Motorik Özellikler Üzerine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Burdur.*
- Turan, Z., & Çamlıyer, H. (2016). Dans Eğitiminde Temel Hareket Becerilerinin Sınıflandırılması. *Motif Akademi Halkbilimi Dergisi*, 9(17), 9-28.
- Tuzcuoğlu, B. (2007). 6 yaş anasınıfı çocuklarına uygulanan egzersiz çalışmalarının koordinasyon gelişimine etkisi (*Doctoral dissertation, Sakarya Üniversitesi (Turkey)*).
- Tüfekçioğlu, E. (2002). Okul öncesi 4-6 yaş çocuklarında algısal motor gelişim programlarının denge ve çabukluk üzerine etkisi (*Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)*).
- Türk, E. (2014). Çocukluk döneminde duygusal gelişim ve din eğitimi. *Marife Dini Araştırmalar Dergisi*, 14(3), 143-158.
- Türker, Ü. (2020). Olimpik Okçuluk ve Gelişim Psikolojisi Açısından İncelenmesi/*Olympic Archery And It's Investigation In Terms Of Developmental Psychology. Anatolia Sport Research*, 1(1), 5-24.
- Türkoğlu, B. & Uslu, M. (2016). Oyun Temelli Bilişsel Gelişim Programının 60-72 Aylık Çocukların Bilişsel Gelişimine Etkisi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, (6), 50-68.
- Ulutaş, A., Demir, E., & Yayan, E. H. (2017). Motor Gelişim Eğitim Programının 5-6 Yaş Çocukların Kaba ve İnce Motor Becerilerine Etkisinin İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(3), 1523-1538.
- Ummanel, A., & Dilek, A. (2016). Gelişim ve öğrenme. Öğretim ilke ve yöntemleri içinde, 35-52.

- Usluoğlu, Z. (2014). Fiziksel Etkinlik Kartlarına İlişkin Görüşler ve Kartların Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutumlarına Etkisi (*Master's Thesis, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*).
- Uzun, N. E. (2021). Balistik Kuvvet Çıktılarının Farklı Dinlenme Aralıklı Dayanıklılık Özelliklerine Etkisinin Ölçülmesinde Kullanılan Aralıklı Dayanıklılık Testlerinin Geçerlilik ve Güvenilirliğinin Değerlendirilmesi (*Doctoral Dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)*).
- Ünlü, H., Aydos, L. (2010). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Yeterlilikleri Üzerine Bir Derleme. *Milli Eğitim Dergisi*, 40(187), 172-192.
- Ünver, D. (2021). Profesyonel Futbolcularda Aerobik Dayanıklılık ve Zihinsel Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Doktora Programı*
- Yaman, O. (2018). Ortaokul Beden Eğitimi Dersi Fiziksel Gelişim Performanslarının Okul Spor Takımlarında Yer Alabilme Durumuyla Karşılaştırılması (*Master's Thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü*).
- Yaylacı, F. B. (2012). İlköğretim Okullarında “Nasıl Bir Beden Eğitimi Dersi İstiyorum?”. *Milli Eğitim Dergisi*, 42(195), 194-210.
- Yeşilyurt, E. (2020). Öğretmenin PusulaSI: Genel Öğretim İlkeleri. *Ekev akademi dergisi*, (83), 263-288.
- Yıldız, E., & Çetin, Z. (2018). Sporun psiko-motor gelişim ve sosyal gelişime etkisi. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*, 5(2), 54-66.
- Yılmaz, M. O., & Bozkurt, S. (2017). Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersinin İlkokul Öğrencilerinin Motorik Özelliklerinin Gelişimine Etkisi. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 43-50.
- Yılmaz, U. (2018) Beden Eğitimi ve Sınıf Öğretmenlerinin Beden Eğitimi ve Fiziksel Aktivite Engellerine İlişkin Algılarının Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hareket ve Antrenman Anabilim Dalı, Antalya
- Yolcu, S. Ö. (2022). Futbolcularda Geleneksel Kuvvet Antrenmanlarına Karşın Hız Temelli Kuvvet Antrenmanlarının Pozitif İvmelenme, Çeviklik ve Dayanıklılık Performanslarına Etkilerinin İncelenmesi. *Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı*
- Zavotçu, M. (2022). Futbol Teknik Becerileri ile Algısal Motor Becerilerin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul*.
- Zeybek, E. (2007). Ankara Beypazarı ilçe merkezinde ilköğretimde okuyan dokuz yaş grubu çocukların temel motorik özelliklerinin araştırılması (*Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü*).

EKLER

EK-A

KOMİSYON DEĞERLENDİRME FORMU

2.03.2023 10:20

about:blank

70999058/3

İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü ANKET ARAŞTIRMA KOMİSYONU DEĞERLENDİRME FORMU									
ARAŞTIRMA SAHİBİNİN									
Adı Soyadı		Göksele AŞAN							
Kurumu / Üniversitesi		İstanbul Gelgim Üniversitesi							
Araştırma Yapılacak İller		İstanbul							
Araştırma Yapılacak Eğitim Kurumu ve Kademesi								
Araştırmanın Konusu		Fiziksel Etkinlik Kartları Uygulanmasının 11-13 Yaş Ortaokul Öğrencilerinin Koordinasyon Becerisi Üzerine Etkisinin İncelenmesi							
Üniversite / Kurum Onayı		Var							
Veri Toplama Araçları		Anket							
MEB 21/01/2020 tarih ve 1563890 sayılı 2020/2 Genelge Kapsamında Araştırma, Yarışma ve Sosyal Etkinlik İzinlerinde Dikkat Edilecek Hususlar									
Maddeler	Uygun	Uygun Değil	Maddeler	Uygun	Uygun Değil	Maddeler	Uygun	Uygun Değil	
2020/2 Genelgenin 1. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 2. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 3. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2020/2 Genelgenin 4. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 5. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 6. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2020/2 Genelgenin 7. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 8. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 9. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2020/2 Genelgenin 10. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 11. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 12. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2020/2 Genelgenin 13. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 14. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 15. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2020/2 Genelgenin 16. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 17. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 18. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2020/2 Genelgenin 19. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 20. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 21. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2020/2 Genelgenin 22. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 23. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 24. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2020/2 Genelgenin 25. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 26. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 27. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2020/2 Genelgenin 28. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 28. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 30. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2020/2 Genelgenin 31. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 32. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2020/2 Genelgenin 33. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2020/2 Genelgenin 34. Maddesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>							
KOMİSYON GÖRÜŞÜ									
Veri toplama araçlarının eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde gönüllülikle esasına dayalı olarak uygulanması ve araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla yürütülmesinde bir sakınca bulunmamaktadır. <input type="checkbox"/> bulunmamaktadır. <input checked="" type="checkbox"/>									
Komisyon Kararı					Oybirliğiyle Alınmıştır.				
KOMİSYON									
Açıklama:					Ünvan-Adı Soyadı-İmza				
					(2.03.2023) Üye: Dr. Erhan KAZEL				
					(2.03.2023) Üye: Hale GELİD				
					(2.03.2023) Üye: Yunus ERGÜ				

about:blank

1/2

KATILIMCILAR İÇİN BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU



Sayın Veli;

Çocuğunuzun katılacağı bu çalışma, "FİZİKSEL ETKİNLİK KARTLARI UYGULAMASININ YAŞ ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN KOORDİNASYON BECERİSİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ" adıyla, 2022-2023 eğitim öğretim yılı süresince yapılacak bir araştırma uygulamasıdır.

Araştırma T.C. Milli Eğitim Bakanlığı'nın ve okul yönetiminin de izni ile gerçekleştirilmektedir. Araştırma uygulamasına katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olmaktadır. Çocuğunuz çalışmaya katılıp katılmamakta özgürdür. Araştırma çocuğunuz için herhangi bir istenmeyen etki ya da risk taşımamaktadır. Çocuğunuzun katılımı tamamen sizin isteğinize bağlıdır, reddedebilir ya da herhangi bir aşamasında ayrılabilirsiniz. Araştırmaya katılmamama veya araştırmadan ayrılma durumunda öğrencilerin akademik başarıları, okul ve öğretmenleriyle olan ilişkileri etkilemeyecektir.

Çalışmada öğrencilerden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Uygulama gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir.

Uygulamalar, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular ve durumlar içermemektedir. Ancak, katılım sırasında uygulamadan ya da herhangi başka bir nedenden çocuğunuz kendisini rahatsız hissederse uygulamayı yarıda bırakıp çıkmakta özgürdür. Bu durumda rahatsızlığın giderilmesi için gereken yardım sağlanacaktır. Çocuğunuz çalışmaya katıldıktan sonra istediği an vazgeçebilir. Böyle bir durumda veri toplama aracını uygulayan kişiye, çalışmayı tamamlamayacağımı söylemesi yeterli olacaktır. Uygulama çalışmasına katılmamak ya da katıldıktan sonra vazgeçmek çocuğunuza hiçbir sorumluluk getirmeyecektir.

Onay vermeden önce sormak istediğiniz herhangi bir konu varsa sormaktan çekinmeyiniz. Çalışma bittikten sonra bizlere telefon veya e-posta ile ulaşarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi isteyebilirsiniz. Saygılarımızla,

Araştırmacı : Göksel AŞAN

İletişim bilgileri :

*Velisi bulunduğum sınıfı numaralı öğrencisi
.....'in yukarıda açıklanan araştırmaya katılmasına izin veriyorum.
(Lütfen formu imzaladıktan sonra çocuğunuzla okula geri gönderiniz*).*

..../..../2023

İsim-Soyisim İmza:

Veli Adı-Soyadı :

Telefon Numarası :

VERİ TOPLAMA ARACI

Geriyeye Dengeleme (1. Bölüm)														
Çocuk 300 cm uzunluğunda, 5 cm yüksekliğinde ve genişliği gittikçe azalan (6.0, 4.5, 3.0 cm) birbirine paralel olarak yerleştirilmiş 3 adet barda sırasıyla geriye doğru yürür. Her bar için 3 deneme yapar.														
Her bir denge barında; 1 kez ileriye doğru ve 1 kez de geriye doğru olmak üzere deneme yapılabilir.	Genişlik	1	2	3	Toplam									
	6.0 cm													
	4.5 cm													
	3.0 cm													
					Genel Toplam=									
Genel toplam 1.bölümden alınan toplam puanı temsil etmektedir. Her denemeden maksimum 8 puan,3 deneme yapılan her bir bardan 24 puan, testin tamamından 72 puan alınabilir. Yere temas etmeden geriye doğru atılan her adım 1 puandır. İlk adım puan olarak sayılmaz.														
Tek Ayak Sıçrama (2. Bölüm)														
Çocuk sıçrama istasyonun 1-2 adım önünden başlayacak şekilde hazır olur. Engel üzerinden atlama öncesi tek ayak üzerinde 1-2 kez sıçrayarak engeli yaklaşır ve aynı ayakla engel üzerinden sıçrayarak karşı tarafa geçer. Atlayıp karşı tarafa geçtikten sonra en az 2 kez daha sıçrayarak ilerlemek zorundadır. Aynı hareket dizilimi diğer ayakla da gerçekleştirilerek puanlama yapılır. Engellerin her birinin uzunluğu 50 cm, genişliği 20 cm ve yüksekliği 5 cm'dir. Her bir başarılı denemeden sonra bir engel daha koyularak bar yükseltilir. Her bir ayakta 2 kez deneme yapılır. 5-6 yaş arası çocuklar deneme atlayışlarını engel olmadan (0 cm) 7 yaş ve üzerindeki çocuklar ise 5 cm yüksekliğindeki engel üzerinden gerçekleştirirler.														
Yükseklik	0	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	Toplam
Sağ Ayak														
Sol Ayak														
														Genel Toplam=
Her bir yükseklik için çocuğa 3 deneme hakkı tanınır. 1. hakkında başarılı olursa 3 puan alınır ve bir sonraki aşamaya geçilir. İlk denemede değil de 2.denemede başarılı olursa 2 puan, 3. denemede başarılı olursa 1 puan alınmış olunur ve bir sonraki yüksekliğe geçilir. Çocuk eğer 3. ve son hakkında başarısız olursa test sonlandırılır. Sıçrama ayakları birbirinden bağımsız olarak değerlendirilir. Testten her bir ayak için en fazla 39 puan alınabilir. Her iki ayakla sıçramadan alınabilecek maksimum puan 78 dir.														
Başlangıç yükseklikleri: 5-6 yaş -> 5 cm 9-10 ->25 cm														
7-8 yaş->15 cm 11-14-> 35 cm														
Yanlara Sıçrama (3.Bölüm)														
Çocuk uzunluğu 60 cm, genişliği 4 cm, yüksekliği 2 cm olan ahşap bir çitinin bir yanından diğer yanına çift ayak olarak sıçrar. Her sıçrama 1 puandır (Sağ=1 puan- Sol= 1 Puan). 15 saniyelik süre bitiminde elde edilen toplam puan not edilir. Her iki denemeden elde edilen puanların toplamı not edilir. Test öncesi 5 deneme hakkı verilir.														
Test	1	2	Genel Toplam											
15 saniye sıçrama														
Platformla Yanlara Adımlama (4.Bölüm)														
Bu testte çocuk bir platformun üzerinde iki ayağı ile birlikte durur, eğilip diğer platformu her iki elini kullanarak yan tarafına koyar ve üzerine geçiş yapar. Periyodik olarak bu hareketi tekrarlar. Hareket ettirilip üzerine geçiş yapılan her bir platform için çocuğa 1 puan verilir. 20 saniye sonunda puanlar toplanır ve ikinci 20 saniyelik denemeye geçilir.														
Test	1	2	Genel Toplam											
20 saniye Adımlama														
Platformlar 25 X 25 kare şeklinde ve 2 cm yüksekliğinde kare şeklinde 2 adettir ve ahşaptır. Altına sabitlenmiş ve zemine oturmasını sağlayacak her biri için 4 adet (3,7cm yüksekliğinde) destekleyici ayak vardır.														
Dört bölümden elde edilen puanlar toplanarak toplam motor koordinasyon puanı elde edilmiş olur														
Genel Toplam (4 bölüm)														

ANKET VE ARAŞTIRMA İZİNİ



Sayı : E-59090411-44-72330045
Konu : Anket ve Araştırma İzni (Göksel AŞAN)

T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



GÜNLÜDÜR
15.03.2023

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

İlgi : a) Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü'nün 21.01.2020 tarihli ve 2020/2 sayılı genelgesi.
b) Valilik Makamının 14.03.2023 tarihli ve E-59090411-20-72199921 sayılı oluru.

Valilik Makamının Anket ve Araştırma İzni konulu ilgi (b) oluru ve kullanılması uygun görülen ölçme araçlarının Müdürlüğümüze mühürlenmiş örnekleri ekte gönderilmiştir.

İlgi (a) genelgenin 28. maddesinde; "Araştırma uygulama izni alan kamu kurum ve kuruluşları, uluslararası kuruluşlar, üniversiteler, sivil toplum kuruluşları ve araştırmacılar tamamladıkları bilimsel araştırma ile ilgili sonuç raporlarını, izni aldıkları ilgili birime çalışma bitiminden itibaren 30 gün içerisinde göndereceklerdir." ifadesi yer almaktadır.

Olur gereğince işlem yapılması ve araştırma sonuç raporunun ekte sunulan ömeğe göre Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Şubesine gönderilmesi hususlarında gereğini arz ederim.

Hüseyin AYDIN
İl Millî Eğitim Müdürü a.
İl Müdür Yardımcısı

Ek:
1- Valilik Oluru (1 Sayfa)
2- Rapor Örneği
3- Ölçekler

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : Binbirdirek Mah. İsmail Ökten Cad. No: 1 Saliha'nın Fatih İstanbul Belge Doğrulama : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>
Telefon : 0212 384 36 32 Bilgi İçin : Aydın BALTA
E-posta : strateji@istim34@meb.gov.tr Unvan : VHKİ
Kep Adresi : meb@ist01.kep.tr İnternet Adresi : <http://istanbul.meb.gov.tr/>

Bu emek güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://emk.sgu.meb.gov.tr> adresinden 0523-678f-3ebf-b965-11e3 kodu ile teyit edilebilir.



ANKET VE ARAŞTIRMA İZİNİ



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



Sayı : E-59090411-20-72199921
Konu : Anket ve Araştırma İzni (Göksel AŞAN)

14/03/2023

VALİLİK MAKAMINA

İlgi : a) Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü'nün 21.01.2020 tarihli ve 2020/2 sayılı genelgesi.
b) İstanbul Gelişim Üniversitesinin 24.02.2023 tarihli ve 82094 sayılı yazısı.
c) Müdürlüğümüz Araştırma ve Anket Komisyonunun 06.03.2023 tarihli tutanağı.

Araştırma Konusu : Fiziksel Etkinlik Kartları Uygulanmasının 11-13 Yaş Ortaokul Öğrencilerinin Koordinasyon Becerisi Üzerine Etkisinin İncelenmesi
Araştırma Türü : Anket
Araştırma Yeri : Esenyurt Kıraç Nüzhet Usta Bilgincan Ortaokulu
Araştırma Yapılacak Kişiler : Öğrenci
Araştırmanın Süresi : 2022 - 2023 Eğitim - Öğretim Yılı

Yukarıda bilgileri verilen araştırmanın; 6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanununa aykırı veri istenmemesi, öğrenci velilerinden açık rıza onayı alınması, araştırma sonucunda elde edilen verilerin bilimsel amaç dışında kullanılmaması, bir örneği Müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun kamuoyuyla paylaşılmaması ve araştırma bittikten sonra 2 (iki) hafta içerisinde Müdürlüğümüze gönderilmesi, okul idarelerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim ve öğretimi aksatmayacak şekilde, ilgi (a) genelge esasları dâhilinde uygulanması kaydıyla Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamınızca da uygun görüldüğü takdirde olurlarınıza arz ederim.

Levent YAZICI
İl Millî Eğitim Müdürü

OLUR
Dr. Hasan Hüseyin CAN
Vali a.
Vali Yardımcısı

Ek:

- 1- İlgi (b) Yazı ve Ekleri (4 Sayfa)
- 2- İlgi (c) Tutanak (1 Sayfa)
- 3- Araştırma Geri Bildirim Formu (1 Sayfa)

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : Binbirdirek Mah. İmraoğlu Cad. No: 1 Sultanzade Mah. İstanbul Belge Doğrulama : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>
Telefon : 0212 384 36 30 Bilgi İçin : Aydın BALTA
E-posta : strateji@istim34@meb.gov.tr Unvan : VHKİ
Kep Adresi : meb@ist01.kep.tr İnternet Adresi : <http://istanbul.meb.gov.tr/>

Bu elektronik belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evmsis.orgu.meb.gov.tr> adresinden e382-21a3-311c-895a-0541 kodu ile teyit edilebilir.

ETİK KURUL ONAYI



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

Toplantı No	Toplantı Tarihi	Toplantı Saati	Toplantı Yeri
2022 – 16	04.11.2022	14.00	Online

KARAR NO: 2022-16-32: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı 211461003 numaralı Göksel AŞAN' ın "Fiziksel Etkinlik Kartları Uygulamasının 11-13 yaş Ortaokul Öğrencilerinin Koordinasyon Becerisi Üzerine Etkisinin İncelenmesi" konulu çalışması görüşüldü yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, İGÜ Etik Kurulumuzun 23.09.2022 tarih ve 2022-15 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

ASLI GİBİDİR

VERİ TOPLAMA ARACI İZİNİ

09:21 📶 57

< Gelen 4 İleti ^ v

GA GÖKSEL AŞAN 12.12.2022
Arslan hocam merhaba iyi günler, nasılsınız Ho...

PK Prof.Dr. ARSLAN KALKAVAN 12.12.2022
Kime: GÖKSEL AŞAN >

Ynt: ÇOCUK BEDEN KOORDİNASYON TESTİ

Merhabalar Göksel,
Mailinizde belirttiğiniz çalışmada kaynak göstererek "ÇOCUK BEDEN KOORDİNASYON TESTİNİ" kullanabilirsiniz.
Çalışmanızda başarılar dilerim

GÖKSEL AŞAN
12 Ara 2022 Pzt, 15:48 tarihinde şunu yazdı:
Arslan hocam merhaba iyi günler, nasılsınız
Hocam ismin Göksel Aşan İstanbulda Beden
Alıntılanmış Metni Göster
ulaşabilirim sizde var ise ön test ve son test için ödünç alabilirmiyim?

--
Prof.Dr. Arslan KALKAVAN
RTE Üniv. Spor Bilimleri Fakültesi Dekanı

Önemli Duyuru: Bu elektronik postadaki bilgiler ve

🗑️ 📁 ↩️ ✍️