

**İLKÖĞRETİM İKİNCİ DEVRE ÇOCUKLARINDA
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ETKİNLİKLERİNİN
MOTOR BECERİ VE YETENEKLER ÜZERİNE ETKİSİ**

T. Hakan YENAL *

Hatice ÇAMLIYER **

Asuman S. SARACALOĞLU ***

ÖZET

İlköğretim kurumlarında uygulanabilecek olan beden eğitimi ve spor etkinlikleri, çocukların motor beceri ve yeteneklerinin geliştirilebilmesi, olumlu davranışların kazandırılabilmesi, yetişkinlik dönemlerinde sporu alışkanlık haline getirip, aksatmadan sürdürülebilmeleri ve sağlıklı olabilmeleri yönünden önemlidir. Bu araştırmada, etkinliklere düzenli katılan, ilköğretim 4. ve 5. sınıf (10-11 yaş) öğrencileri, 10 kız - 10 erkek, toplam 20 öğrenci (n=20), etkinliklere katılmayan 11 kız - 9 erkek, toplam 20 öğrenci (n=20) EUROFIT Test Bataryası (denge, disklere dokunma, esneklik, durarak uzun atlama, 30 sn.mekik hareketi, barfikte asılma, 10x5 m mekik koşu, 20 m. mekik dayanıklılık koşusu) ile öğretim yılı başında (Eylül 1995) ve yarı yıl sonunda (Aralık 1995) değerlendirilmiştir. İstatistiksel olarak verilerin analizinde; yüzde (%) dağılımları alınmış, korelasyon ve t testleri uygulanmıştır. Etkinliklere katılan grup ile katılmayan grubun karşılaştırılması yapılmış ve şu sonuçlara ulaşılmıştır: Beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılan grubun, katılmayan gruba göre motor beceri ve yeteneklerinde belirgin gelişmeler görülmüştür. Denge, İstatistiksel olarak .05, disklere vuruş, esneklik, durarak uzun atlama, 30sn.mekik hareketi, barfikte asılma, 10x5 m. mekik koşu, 20 m. mekik dayanıklılık koşusu .01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler İlköğretim, Motor Beceri ve Yetenekler, Eurofit

**THE EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT
ACTIVITIES ON MOTOR ABILITY AND SKILL DEVELOPMENT
OF THE FOURTH AND FIFTH-GRADE STUDENTS IN
ELEMENTARY SCHOOLS**

ABSTRACT

The physical education and sport activities which can be applied in elementary schools are important because of being useful for developing the motor abilities and skills, having the positive behaviour and forming the habit of sport and keeping up it. To identify the effects of physical education and sport activities on the motor abilities and skills of the students, 10 boys-10 girls total 20 children (n=20) who are fourth and fifth grade (10-11 aged) students and participated to the activities, 11 girls and 9 boys total 20 children (n=20) who did not participate to the activities were appraised using EUROFIT TEST BATTERY (balance, plate tapping, flexibility, standing broad jump, sit up for 30 seconds, arm-pull, 10x5 meters shuttle run, 20 meters shuttle run to measure durability) at the beginning (September 1995) and at the end of the semester (December 1995). The data were analysed frequency, t-test and correlation analysis. The group which participated to the activities was compared to the group which didn't participate to the activities and the following results were found: It is seen that there are evident developments in motor abilities and skills of the group which participate to the activities. Balance .05; plate tapping, flexibility, standing broad jump, sit up for 30 seconds, arm-pull, 10x5 meters shuttle run, 20 meters shuttle run to measure the durability are meaningful at the level of .01.

Key Words: Elementary Schools, Motor Ability, Skill, Eurofit

* Celal Bayar Üniversitesi Eğitim Fakültesi, MANİSA

** Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, MANİSA

*** Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İZMİR

GİRİŞ

Bilim ve teknolojiadaki hızlı değişme ve gelişmeler toplumun yapısını değiştirmekte, buna paralel olarak da farklı nitelikte insan gücüne gereksinim duyulmaktadır. Nitelikli insan gücü yetiştirmede, eğitimin değeri özellikle son çeyrek yüzyılda daha fazla anlaşılmıştır. Nitekim ekonomik büyümeyi, sosyal değişmeyi kapsayan kalkınma süreci, davranış değişikliği, başka bir anlatımla eğitim sorunu olarak kabul edilmektedir (25).

Gerçekten de bütün az gelişmiş ülkelerde, yetişmiş insangücü noksanlığı, ekonomik sektörler ile yönetim örgütleri arasındaki koordinasyon bozuklukları, siyasi bunalımlar ve politikacıların gerekli yasal düzenlemeleri yapmamaları ya da yapılanların gereklerini yerine getirmemeleri, istenilen kalkınmayı engellemektedir. Kuşkusuz tüm bu aksaklıkların kökeninde, yetersiz eğitim sistemi yatmaktadır ve insan davranışlarını, dolayısıyla insani, eğitim yoluyla değiştirmeden, hiçbir toplumsal, ekonomik ve siyasal gelişmeyi başarabilmek söz konusu olamaz (34).

Schramm (1964)'ın da vurguladığı gibi, gelişmekte olan ülkelerin çoğunun temel sorunu doğal kaynakların değil, insan kaynaklarının kıtlığıdır. Bu nedenle gelişmek isteyen uluslar öncelikle insan kaynaklarını geliştirmeye ve değerlendirmeye yönelmelidirler. Başka bir ifadeyle, önce eğitim düzenlerini geliştirmeli ve bireylerine kalkınmada yararlı beceriler verebilmelidirler. Bir ulusun bireylerinin bedensel ve ruhsal yönden sağlıklı ve mutlu olması, toplumsal kalkınmanın önde gelen koşullarındandır (9).

Nitekim çağdaş eğitim anlayışı, bireyi fiziksel, zihinsel, duygusal ve toplumsal boyutları ile bir bütünlük içerisinde ele almaktadır. Bu bağlamda eğitimden beklenen ise, bireylerin gizilgüçlerini ve yeteneklerini ortaya çıkararak, en üst düzeyde geliştirmesine yardım etmesidir. Böylece fiziksel, zihinsel ve duygusal boyutları ile bedensel ve ruhsal açıdan sağlıklı, mutlu, verimli ve üretken bireylerin topluma kazandırılabilmesi mümkün olabilmektedir.

insanın yaşayabilmesi için gereken tüm işlevler ve davranışlar, bireyin bedeninde oluşmaktadır. Fiziksel gelişim ile insan davranışları arasında sıkı bir bağlantı bulunmaktadır. Fiziksel gelişimde görülen bozukluklar, dengesizlikler ya da gerilemeler davranışları da etkisi altına almaktadır (8). Hareket ise, bir bütün olarak gelişmenin, topluma en iyi biçimde uyum sağlayabilmenin merkezi konumundadır. Duyu organları yoluyla algı ve düşünceleri, düşünceler de kasları kullanarak vücudu harekete geçirmektedir. Bu bütünlük ve ilişki içerisinde kaslar duygu ve düşüncelerden, başka bir anlatımla psikolojik yapıdan, psikolojik yapı da kaslardan etkilenmektedir. Bu etkileşim, iletişim ve döngü, yaşam boyu devam etmektedir. Tüm bu verilere bağlı olarak, spor yapmaya yönelik hareket etme yeteneğinin geliştirilmesi, çocuğun genel gelişimine en büyük katkıyı sağlayabilmektedir (12).

Bunun yanı sıra kimi araştırmalar, çocuklardaki hareket gereksiniminin, genç ve erişkinlerdekinin birkaç katı olduğu, özellikle ilköğretim çağındaki çocukların derslerde oturarak hareketsiz kalma zorunluluğunun onlarda fiziksel ve psikolojik bir yük oluşturduğu, bu yükün ancak oyun ve spor gibi etkinliklere katılarak giderilebileceği ifade edilmektedir (19, 33).

Bedensel hareketsizlik, kuşkusuz, her yaş grubundaki bireyleri olumsuz etkilemektedir. Yüksek tansiyon, şişmanlık, kassal zayıflık, postürel bozukluklar ve kalp-damar sistemi yetersizlikleri gibi birçok problem çocukluk ve ergenlik dönemindeki beslenme, egzersiz yapma alışkanlıkları ve yaşam koşullarının sonucu olarak gelişmektedir (5, 14, 40). Bu bağlamda, çocukluk döneminde spor yapma alışkanlığının kazandırılması önemli görülmektedir. Geç yaşlarda ise, bu alışkanlığı yerleştirmek daha zor olmaktadır (1, 2, 37).

Yukarıda da belirtildiği gibi, beden eğitimi ve spor etkinlikleri çocuğun sağlıklı gelişiminde önemli bir işleve sahip olmasının yanı sıra, sosyal ve duygusal gelişim yönünden de olumlu katkılar sağlamaktadır. Bu etkinlikler, yaratıcılık, liderlik gibi yetenekleri işlevsel hale getirmekte, mücadeleci, azimli, uyumlu, üretken, kararlı, birbirine saygılı ve anlayışlı olma, kurallara uyma, işbirliği yapma, bağımsız davranma, kendini disipline etme, çalışkan ve gayretli olma gibi kişilik özelliklerini geliştirmektedir (8, 33, 35, 38). Ayrıca sözkonusu etkinliklere katılan çocuk ve gençlerin derslerde daha başarılı oldukları da saptanmıştır (2, 20, 23, 36).

Ne var ki yapılan araştırmalar incelendiğinde, genellikle elit sporcuların performanslarını daha fazla yükseltebilme konusunda odaklandığı görülmektedir. Kuşkusuz, ülkelerin reklamı, birbirleri ile rekabetleri, izleyenlerin çokluğu yönünden yüksek performansa sahip yetenekli yarışma sporcularının yetiştirilmesi önemlidir. Ayrıca bu sporcuların seçimi için de temel eğitim dönemi-ne, başka bir anlatımla, ilköğretim dönemine gidilmesi gereklidir.

Ülkemizde ilköğretimin ilk beş sınıfında beden eğitimi dersleri ikişer saat olarak verilmektedir. Oysa beden eğitimi ve sporun önemini gözönünde bulunduran birçok ülke, okullarında, söz konusu derse gerekli özeni göstererek, eğitimin genel ve özel amaçlarının bir bölümünü beden eğitimi dersleriyle kazandırmaya çalışmaktadır. Bu doğrultuda, bazı Avrupa ülkelerinde beden eğitimi dersleri haftada altı saati bulmaktadır (1).

İnsan davranışlarını yönlendirmede, sağlıklı bir yaşam sürdürebilmede, yarışma sporları için yetenekli sporcuların seçiminde etkin bir rolü bulunan beden eğitimi ve spor etkinliklerinin erken yaşlarda başlayıp alışkanlık haline dönüştürülmesi gerekmektedir. Ne var ki, söz konusu etkinliklerin ilköğretim kurumlarımız ile toplumumuzda önemsenmediğini gözlemler ve araştırmalar ortaya koymaktadır (7, 11, 17, 27, 31, 39). Bu araştırma bulguları, ilköğretim birinci ve ikinci devrede genellikle beden eğitimi öğretmeni olmadığı, derslerin boş geçtiği ve/veya amaç dışı kullanıldığı, eğitim formasyonu eksikliği nedeniyle derslerin eksik ve yanlış yapıldığı, boş zaman olarak algılandığı ve çocuğun hareket gereksiniminin yeterince karşılanamadığı yönündedir. Bunun yanı sıra tüm eğitim kurumlarımızdaki spor salonu, saha, araç-gereç ve malzemelerin nitel ve nicel yetersizliği vurgulanmaktadır.

Söz konusu nedenlerle bu araştırmada, Avrupa Konseyi Spor Gelişimi Komitesi Uzmanlar Kurulu tarafından hazırlanan EUROFIT test bataryası kullanılmıştır (18).

Eurofit test bataryasının çeşitli Avrupa ülkelerinde uygulanmasına paralel olarak Türkiye'de Eurofit'le ilgili araştırmalar yapılmıştır (3, 4, 10, 13, 15, 26, 40).

Eurofit test bataryası, ülkemizde gerçekleştirilen çeşitli araştırmalarda kullanılmış olmasına karşın, ilköğretim okullarına özellikle ilk beş sınıftaki öğrencilerin motor beceri ve yeteneklerinin belirlenmesi ile beden eğitimi ve spor etkinliklerinin sonuçlarının değerlendirilmesine yönelik çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir.

Bu gereksinimden kaynaklanan eldeki araştırma, ilköğretim çocuklarının motor beceri ve yeteneklerinin belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bunun yanısıra beden eğitimi ve spor etkinliklerine düzenli olarak katılımının, çocukların fiziksel uygunluk özelliklerinin gelişimine etkisi de incelenmiştir. Araştırmada, ilköğretim ikinci devre çocukları seçilmiştir. Bu tercihin nedeni, çocukların ilk beş sınıfın sonunda hangi motor beceri ve yeteneklerle donatıldıkları, altıncı sınıfa hangi özelliklerle gittikleri ve bir anlamda da genel eğitimin ayrılmaz bir parçası olan beden eğitiminin, dolayısıyla Milli Eğitim genel ve özel amaçlarının ilköğretimin ilk ve ikinci devresinde ne ölçüde gerçekleştirildiğinin değerlendirilmesidir.

Ayrıca beden eğitimi ve spor etkinliklerinin ilköğretim çocuklarının motor beceri ve yeteneklerinin gelişimi üzerindeki etkilerini inceleyen bu çalışma, deneysel nitelikte yapılan ilk araştırma özelliğini de taşımaktadır. Bu nedenle, söz konusu araştırmanın sınıf ve beden eğitimi öğretmenleri ile antrenörlere, yöneticilere, ulusal normların belirlenerek geliştirilmesine, çocuklara ilişkin ulusal politikaların belirlenmesine ve bu konuda çalışan akademisyenlere katkı sağlaması umulmaktadır.

YÖNTEM

Araştırma, 1995-1996 öğretim yılında Manisa İli Demirci İlçesi Fatih İlköğretim Okulu 4. ve 5. sınıf (10-11 yaş grubu) öğrencileri üzerinde yapılmıştır.

Araştırma örneklemine bu sınıflarda bulunan gönüllü öğrenciler arasından 40 denek tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Deney Grubunda 4. sınıf (10 yaş grubu) ve 5. sınıf (11 yaş grubu) öğrencilerinden 5'er kız (n=10) ve 5'er erkek (n=10) olmak üzere toplam 20 kişi yer almıştır. Kontrol Grubu ise 4. sınıf öğrencilerinden 7 kız, 3 erkek (n=10), 5. sınıftan da 4 kız, 6 erkek (n=10) olmak üzere toplam 20 denekten oluşmuştur.

Araştırma, gerçek deneme modellerinden öntest-sontest kontrol grubu modelle yapılmıştır (24).

Deney ve Kontrol Gruplarını oluşturan 40 öğrencinin Eurofit test bataryası ile flamingo denge, disklere dokunma, oturarak uzanma, durarak uzun atlama, el dinamometresi, 30 sn. mekik hareketi, barfıkste bükülü kol ile asılma, 10x5 mekik koşu ve 20 m. mekik dayanıklılık koşusu test değerleri alınmıştır.

Testler kılavuz kitapçığında yer alan talimatlar doğrultusunda gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın, yalnızca ilköğretim okulu ikinci devre çocuklarının motor beceri ve yeteneklerini belirlemeye yönelik olması nedeniyle antropometrik ve vücut yağı ölçümleri değerlendirme kapsamına alınmamıştır.

Tüm öğrenciler eğitim programında haftada 2 saat olan beden eğitimi derslerine devam etmişlerdir. Ancak Deney Grubuna (n=20) haftada 3 gün birer saat (ısınma süresi 15 dakika hariç) olmak üzere beden eğitimi dersi öğretim programı (30) doğrultusunda 12 hafta süre ile ders verilmiştir. Kontrol Grubu öğrencileri ise okuldaki olağan yaşantılarına ve derslerine devam etmişlerdir.

Deney ve Kontrol Gruplarının Eurofit test bataryası ile motor beceri ve yetenek ölçümleri 12 haftalık uygulama öncesinde yapılmış, deney bitiminde tekrarlanmıştır. Öğrencilerin öntest ve sontest sonuçları kaydedilmiştir.

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde frekans-ve yüzde dağılımları alınmış, korelasyon ve t testleri uygulanmıştır, istatistiksel işlemler C.B.Ü. Eğitim Fakültesinde Microsoft Excel Programında yapılmıştır, istatistiksel anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır.

BULGULAR

Aşağıdaki paragraflarda Deney ve Kontrol Gruplarına ilişkin araştırma bulguları yer almıştır. Öğrencilerin öntest-sontest sonuçları Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Deney ve Kontrol Gruplarının Öntest - Sontest Sonuçları

GRUPLAR		Denge (dk/adet)		Disklere Dokunma (sn)		Esnelik (cm)		Durarak Uzun Atlama (cm)		Penge Kuveti (kg)		Mekik (30 sn/adet)		Bükülü Kol ile Asılma (sn)		10x5 m Mekik Koşusu (sn)		Mekik Dayan. Koşusu (sn)	
		X	S	X	S	X	S	X	S	X	S	X	S	X	S	X	S	X	S
Beden Eğitimi katılan n = 20	Ön Test	6.60	2.70	15.94	1.70	17.93	3.40	142.8	10.60	14.35	1.50	19.25	2.50	14.25	3.20	34.34	2.30	181.90	36.20
	Son Test	5.00	1.70	13.41	1.50	19.90	3.10	147.2	10.20	15.95	1.80	21.20	2.50	18.83	3.80	31.20	2.30	220.25	31.90
t değeri		0.119		-1.289		1.599		2.454*		0.293		0.974		-0.025		-2.057		0.410	
Beden Eğitimi katılmayan n = 20	Ön Test	6.50	2.60	16.80	2.50	16.15	2.60	133.15	14.10	14.20	1.70	18.10	4.70	14.28	3.50	35.82	2.30	177.20	36.30
	Son Test	6.55	2.50	16.47	2.10	16.25	3.50	133.25	14.00	14.30	1.60	18.15	4.60	14.36	3.50	35.68	2.30	178.70	37.70
t testi		-2.311*		-5.273**		3.480**		3.606*		3.058*		2.618**		3.864**		-6.109**		3.804**	

* p<.05, **p<.01

Tablo 1'de de görüldüğü gibi, Deney ve Kontrol Grubundaki öğrencilerin öntest sonuçları arasında yalnızca durarak uzun atlama (t=2.454) değerleri arasında istatistiksel olarak .05 düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Deneklerin sontest değerleri incelendiğinde ise, Deney Grubunun tüm değerlerinin istatistiksel açıdan .05 ve .01 düzeyinde farklılaştığı saptanmıştır. Buna göre; denge (.05), disklere dokunma ve 10x5 m. mekik koşusu değerlerinde (.01) azalmala-

rın; esneklik, durarak uzun atlama, pençe kuvveti, mekik, bükülü kol ile asılma ve mekik dayanıklılık koşusu değerlerinde (.01) ise artışların olduğu görülmüştür. Kontrol Grubundaki kimi değerlerde görel bir azalma ya da artış olmakla birlikte, değişkenlerin hiçbirisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

TARTIŞMA

Eurofit test bataryasının,ülke genelinde, değişik yaş grupları, performans sporcuları, spor yapanlar ile yapmayanların karşılaştırılmaları biçiminde uygulamaları olmakla birlikte, ilköğretim ikinci devredeki beden eğitimi ve spor etkinliklerinin sonuçlarına ilişkin değerlendirme çalışmalarına çok az rastlanmaktadır. Bunun yanı sıra, "fiziksel egzersize uyum ve fizik performansı artırma yeteneği çocuklarda ve yetişkinlerde aynıdır" (2) olgusundan hareketle, araştırmada farklı yaş gruplarındaki spor etkinliklerine katılan ve katılmayan bireylerin durumu da göz önüne alınmış, karşılaştırma ve yorum bu doğrultuda yapılmıştır.

Beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılan Deney Grubu (n=20) ile söz konusu etkinliklere katılmayan Kontrol Grubu (n=20) öğrencilerinin flamingo denge testi sonuçları arasında istatistiksel olarak .05 düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu durum, Deney Grubu lehinedir. Buna göre, 12 hafta süreli fiziksel etkinlik programının etkili olduğu düşünülebilir. Bu bulgular Koç ve Gökdemir (26) ile Metiner ve Uluğ (32) tarafından yapılan araştırma bulgularından daha yüksek; Er (15) tarafından gerçekleştirilen bulgularından daha düşüktür.

Deney Grubu öğrencileri disklere dokunma testinde, Kontrol Grubu öğrencilerine göre belirgin bir gelişme sağlamışlardır ve bu gelişim istatistiksel olarak .01 düzeyinde anlamlıdır. Kontrol Grubu öğrencilerinde gözlenen çok düşük düzeydeki gelişim, öğrenme faktöründen kaynaklanabilir. Bu bulgu istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Çalış ve arkadaşları (10) tarafından yapılan araştırmada da aynı durum söz konusudur. Koç ve Gökdemir (26) ile Metiner ve Uluğ (32) tarafından gerçekleştirilen araştırma bulguları, eldeki araştırma değerlerinden daha düşüktür. Bu durum, söz konusu araştırmaların farklı yaş gruplarında yapılmasından kaynaklanabilir. Nitekim yapılan çalışmalar, genel olarak disklere dokunma testinde yaşa bağlı bir hızlanma olduğunu ortaya koymaktadır (10, 16). Bu bağlamda, bu araştırmaların birbirlerini destekledikleri söylenebilir.

Etkinliklere katılan Deney Grubu öğrencileri esneklik testinde, Kontrol Grubundan daha yüksek değerler elde etmişlerdir. Bu durum istatistiksel olarak .01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Araştırma bulguları, Zorba ve arkadaşları (41, 42), Çalış ve arkadaşları (10), İşleğen ve arkadaşları (22)'nin bulguları ile benzerlik göstermektedir. Akgün ve arkadaşları (3, 4) İşleğen ve arkadaşları (21, 22), Kuter ve Öztürk (28, 29) ile Koç ve Gökdemir (26) tarafından yapılan araştırma bulgularından daha yüksek, Aydos ve Kürkçü (6) ile Metiner ve Uluğ (32)'un bulgularından daha düşük bulunmuştur. Ziyagil ve arkadaşları (40) ise spor yapan ve yapmayan çocukların esneklik değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit etmemişlerdir.

Deney Grubu öğrencileri, Kontrol Grubu çocuklarına göre durarak uzun atlama testinde daha yüksek değerler elde ederek daha fazla gelişim göstermişlerdir. Bu gelişim, istatistiksel olarak .01 düzeyinde anlamlıdır. Elde edilen değerler, Aydos ve Kürkçü (6), Koç ve Gökdemir (26), Ziyagil ve arkadaşları (40), Metiner ve Uluğ (32) ile Akgün ve arkadaşları (3,4)'nın aynı yaş grubunda elde ettikleri derecelerden daha düşük bulunmuştur.

Deney Grubu katılımcılarının beden eğitimi ve spor etkinliklerinden sonra pençe kuvveti testinde elde ettiği değerler, Kontrol Grubu öğrencilerinin derecelerine göre daha yüksek bulunmuştur. Bu durum, Deney Grubu lehine istatistiksel olarak .01 düzeyinde anlamlı bir farklılık oluşturmaktadır. Pençe kuvveti değerlerinin, aynı yaş grubunda yapılan diğer araştırmalarda elde edilen derecelerden daha düşük olduğu saptanmıştır (3, 4, 6, 13, 22, 26, 28, 29, 40-42).

Deney Grubu öğrencilerinin 30 sn. mekik hareketi testinde aldıkları dereceler, Kontrol Grubu öğrencilerinden daha yüksek bulunmuştur. Söz konusu gelişim, istatistiksel açıdan .01 düzeyinde anlamlıdır. Bu bulgular, Ziyagil ve arkadaşları (40), Zorba ve arkadaşları (41, 42), Koç ve Gökdemir (26) tarafından gerçekleştirilen araştırmalarda elde edilen değerlerden daha düşük, Metiner ve Uluğ (32) ile Demirel ve arkadaşları (13)'nin bulguları ile benzer, Akgün ve arkadaşları (3, 4)'nin bulgularından daha yüksek bulunmuştur.

Etkinliklere katılan Deney Grubu öğrencileri, katılmayan Kontrol Grubundaki çocuklara göre barfıkste bükülü kol ile asılma testinde, etkinlikler sonrası daha yüksek dereceler yapmıştır. Bu durum, istatistiksel olarak .01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Söz konusu değerlerin, Metiner ve Uluğ (32) ile aynı yaş grubunda Ziyagil ve arkadaşları(40)'nın bulgularından daha düşük, Demirel ve arkadaşları (13)'nin bulgularıyla benzer, Akgün ve arkadaşları (3, 4) ile Aydos ve Kürkçü (6)'nın bulgularından daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Deney Grubu öğrencileri, 10x5 m mekik koşu testinde, Kontrol Grubundaki katılımcılardan daha üst düzeyde değerler elde etmişlerdir. Bu durum, istatistiksel olarak .01 düzeyinde anlamlı ve Deney Grubu lehine bulunmuştur. Söz konusu bulgular, Ziyagil ve arkadaşları (40), Demirel ve arkadaşları (13), Çalış ve arkadaşları (10), Metiner ve Uluğ (32) ile Koç ve Gökdemir (26) tarafından yapılan araştırma bulgularından daha düşük olduğu yönündedir. Ancak beden eğitimi ve spor etkinliklerine devam edildiğinde, diğer araştırmacıların elde ettikleri değerlere yaklaşılabileceği düşünülebilir.

Ayrıca Ziyagil ve arkadaşları (40) ile Çalış ve arkadaşları (10) tarafından gerçekleştirilen araştırmalarda spor yapanlarla yapmayanların karşılaştırmaları sonucu, istatistiksel açıdan anlamlı farklılıkların olduğu bildirilmektedir. Bu varlığı da, eldeki araştırmanın bulgularını desteklemektedir.

Deney Grubu denekleri 20m. mekik dayanıklılık koşusunda, Kontrol Grubu öğrencilerine göre daha yüksek değerler almışlardır. Bu durum, istatistiksel açıdan .01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Elde edilen değerlerin, Demirel ve arkadaşları (13) tarafından yapılan araştırma bulgularıyla paralellik gösterdiği, Çalış ve arkadaşları (10) ile Koç ve Gökdemir (26)'ın bulgularından daha yüksek olduğu görülmektedir. Kuter ve Öztürk (29) tarafından yapılan araştırmada da; Türkiye şampiyonu takımla derece yapmayan takım karşılaştırılmış, şampiyon takımın genel dayanıklılık değerleri daha yüksek bulunmuş ve bu durum yapılan çalışmalara bağlanmıştır.

Aktif spor yapan kişilerde fiziksel ve fizyolojik değerlendirme sonuçları, sedanterlerden önemli farklılıklar göstermektedir. Düzenli ve sistemli egzersiz, kardiorespiratuar uyumu geliştirmektedir. Bu uyumun yetersiz olması sporda performansı olumsuz yönde etkilemektedir. Bir çok araştırmacı, çeşitli yer ve zamanlarda, değişik yaş gruplarında, sporcu ve sedanterlerin genel dayanıklılıklarını ortaya çıkarabilmek, Max V O2 değerlerini hesaplayabilmek amacıyla çalışmalar yapmışlar ve özellikle de spor etkinliklerine katılanlar ile katılmayanlar arasında, söz konusu etkinliklere katılanlar lehine anlamlı farklılıklar bulunduğunu saptamışlardır. Böylece spor yapanların genel dayanıklılıklarının, spor yapmayanlardan daha üst düzeyde olduğu, bir çok araştırmacı

tarafından tartışmasızca kabul edilmiş bulunmaktadır. Yine çocukların genel dayanıklılığının, yapılan beden eğitimi ve spor etkinliklerine bağlı olarak bir gelişim gösterdiğini araştırma sonuçları ortaya koymaktadır.

Genel olarak, beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılan Deney Grubunun (n=20) ve bu etkinliklere katılmayan Kontrol Grubu öğrencilerinin (n=20) Eurofit test bataryası ile yapılan ön-test ölçümlerinde elde edilen değerler birbirine benzemektedir. Ancak 12 haftalık beden eğitimi ve spor programının sonunda uygulanan testlerde, etkinliklere katılan Deney Grubu katılımcılarında. Kontrol Grubu öğrencilerine göre motor beceri ve yetenekler yönünden belirgin bir gelişim kaydedilmiştir. Bu gelişimler istatistiksel açıdan flamingo denge testinde .05; diğer testlerde ise 0.1 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Beden eğitimi ve spor etkinliklerinin, özellikle ilköğretim ikinci devreden başlayarak düzenli sürdürülmesi durumunda, daha olumlu sonuçlara ulaşılabileceği düşünülebilir.

SONUÇ

Günümüzde ilköğretim okullarının büyük bir bölümünde, beden eğitimi derslerini yürütecek uzman eğitimciler bulunmamaktadır. Bu nedenle beden eğitimi derslerinin yürütülmesinde eksiklikler görülmekte ve çeşitli sorunlar ortaya çıkmaktadır.

Oysa, sürekli değişim ve gelişim içinde olan çocuğun yeterli hareket uyarana gereksinimi bulunmaktadır. Bu bağlamda, çocuğun bedensel gelişiminin temelleri ilköğretim devresinde oluşturulabilmelidir. Bedensel gelişim ile insan davranışları arasında sıkı bir bağlantı bulunmaktadır. Bu nedenle bireyin bedensel gelişiminde görülen bozukluklar, dengesizlikler ya da gerilemeler, davranışları da olumsuz yönde etkilemektedir.

İlköğretim ikinci devre çocuklarında, beden eğitimi ve spor etkinliklerinin motor beceri ve yetenek gelişimi üzerindeki etkisini belirtmeyi amaçlayan bu araştırmanın bulguları; beden eğitimi ve spor etkinliklerine düzenli olarak katılan Deney Grubu öğrencilerinde, Kontrol Grubu öğrencilerine göre tüm motor beceri ve yetenek testlerinde belirgin bir gelişme kaydedildiğini ortaya koymuştur.

Beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılmayan Kontrol Grubu öğrencilerinin motor beceri ve yeteneklerinde, çok düşük düzeylerde gelişmeler olduğu ancak bu durumun istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Genel bir sonuç olarak; çocukların ilköğretim birinci devreden (6-8 yaş) ikinci devreye geçişte motor beceri ve yetenek gelişimlerinin optimal düzeyde sağlanamadığı, bu nedenle ilköğretim ikinci devre (9-11 yaş) çocuklarının motor özelliklerinde belirgin bir yetersizliğin görüldüğü ve çocukların ilköğretim üçüncü devreye (6.-8.sınıf) motor beceri ve yetenekleri tam olarak geliştirilemeden geçtikleri söylenebilir. Bu durumda; Anayasa, Milli Eğitim Temel Kanunu ve Türk Milli Eğitiminin temel amaçları, Atatürk ilkeleri ve İnkıpları doğrultusunda; öğrencilerin gelişim özellikleri de göz önünde tutularak, onların kişisel ve toplumsal yönden sağlıklı, mutlu, iyi ahlaklı ve dengeli bir kişilik sahibi, yapıcı, yaratıcı ve üretken, milli kültür değerlerini ve demokratik hayatın temel ilkelerini benimsemiş bireyler olarak yetiştirilmeleri genel amaçtır biçiminde belirtilen, Beden Eğitiminin ve dolayısıyla da Genel Eğitimin amaçlarının gerçekleştirilemediği düşünülebilir.

ÖNERİLER

Bu araştırma bulguları ışığında aşağıdaki öneriler getirilmiştir.

1. İlköğretim okullarının birinci ve ikinci devresinde beden eğitimi etkinlikleri artırılmalıdır.
2. İlköğretim okullarının birinci ve ikinci devresine (6-10 yaş) Beden Eğitimi öğretmenlerinin atanması sağlanmalıdır.
3. İlköğretim okulları birinci ve ikinci devre çocuklarının motor beceri ve yeteneklerinin geliştirilebilmesi için özellikle temel spor dalları olan atletizm ve jimnastik etkinlikleri oyun formunda ve yaş gruplarının özellikleri dikkate alınarak gerçekleştirilmelidir.
4. Bu araştırmaya benzer araştırmalar çeşitli yaş gruplarında yapılmalıdır.
5. Öğrencilerin motor beceri ve yeteneklerinin gelişimini izleyebilmek amacıyla boylamsal (longitudinal) araştırmalar yapılmalıdır.

KAYNAKLAR

1. Açıkada C. ve E. Ergen. Bilim ve Spor. Ankara: Tek Ofset, 1990.
2. Akgün, N. Egzersiz Fizyolojisi. İzmir: Ege Üniversitesi Yayını, 1986.
3. Akgün, N., Ergen, E., Ertat, A., İşleğen, Ç., Çolakoğlu, H., Emlek, Y., Barın, E., ve M. Yazıcıoğlu "11-17 Yaşları Arasındaki Çocuklarda Kardiorespiratuar ve Motorsal Fiziksel Uyum Değerleri ve Çeşitli Vücut Ölçümleriyle İlgili Preliminer Sonuçlar." I.Millî Spor Hekimliği Kongresi. İzmir. 22-23 Eylül 1986.
4. Akgün, N., İşleğen, Ç., Ertat, A. Ergen, E., Çolakoğlu, H. ve Y. Emlek. "Eurofit Test Results of Children in the Western Part of Turkey." VI th European Research Seminar, izmir: 1990.
5. Astrand, P.O. Health and Fitness. New York: Barron's Woodbury, 1977.
6. Aydos, L. ve R. Kürkçü. "13-18 Yaş Grubu Spor Yapan ve Yapmayan Orta Öğrenim Gençliğinin Fiziksel ve Fizyolojik Özelliklerinin Karşılaştırılması." Bed. Eğt. Spor Bil. Der. II, 2: 31-38, 1997.
7. Başer, E. "Okul Spor ve Millî Eğitim Sistemi." I. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu Bildirileri, izmir: 19-21 Aralık 1991:107-111.
8. Başaran, İ.E. Eğitim Psikolojisi. Ankara: Kadioğlu Matbaası, 1991.
9. Cüceloğlu, D. Yeniden insan insana, g.baskı. istanbul: Remzi Kitabevi, 1995.
10. Çalış, M., Ergen, E., Tumağöl, H. ve O. Asian. "Beden Eğitimi Derslerinin Bir Öğretim Yılı Boyunca 15-16 Yaş Grubu Öğrenciler Üzerindeki Fizyolojik Etkilerinin Eurofit Bataryası ile İzlenmesi", Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi Bildirileri. Ankara: 20-22 Kasım 1992: 367-372.
11. Çamlıyer, Hü. "İlkokullarda Beden Eğitimi Dersi Uygulamalarının Öğretim Programları Kapsamında İncelenmesi." Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. izmir: D.E.Ü. Sağlık Bil. Ens., 1990.
12. Çamlıyer, H. ve Çamlıyer, Hü. Hareket Eğitimi ve Spor. izmir: Can Ofset, 1997.
13. Demirel, H., Açıkada, C., Bayar, R., Tumağöl, H., Erkan, U., Hazır, T., Demirci.R., Haner, B., Pehlivan, M. ve Y. Ayalp. "Ankara'da Yükseliş Koleji İlkokul Bölümünde 7-11 Yaş Grubu Çocuklarda EUROFIT Uygulaması." Spor Bilimleri I. Ulusal Sempozyumu. Ankara, 1990: 601-610.
14. Durusoy, F. "Spor ve Kardiyovasküler Hastalıklar." Spor Hekimliği Dergisi. 28, 3: 77-91, 1993.
15. Er, D. "Eurofit Testleri ile 12-24 Yaş Grubu Öğrencilerin Fiziksel Uygunluk Normlarının Araştırılması (Kastamonu Uygulaması)." Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: G.Ü. Sağlık Bil. Ens., 1995.
16. Erdil, G., Acar, M. ve Y. Emlek. "15-18 Yaş Grubu Gençlerde Kuvvet, Sürat ve Dayanıklılık Gelişiminin Spor Motorsal Testlerle İncelenmesi." Spor Hekimliği Dergisi. 25, 4: 141-145, 1990.
17. Erkut, A.O. "Yaz Okullarında Yapılan Jimnastik Çalışmalarının Çocukların Davranışları Üzerine Etkisi." Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. izmir: D.E.Ü. Sağlık Bil. Ens., 1994.

18. EUROFIT Testing Physical Fitness Provisional Handbook. Strasbourg, 1983.
19. Heipertz, W. ve D. Böhmer. Spor Hekimliği. Çev. M.I. Arman. Kırklareli: Arkadaş Tıp Kitapları, 1985.
20. İkizler, C. Sporda Başarının Psikolojisi, İstanbul: Alfa Yayıncılık, 1993.
21. İşleğen, Ç., Karamızrak, O., Ertat, A. ve R. Varol. 15-17 Yaş Genç Millî Futbol Takımlarının Bazı Sağlık Muayene Sonuçları, Vücut Kompozisyonu ve Fiziksel Uygunluk Özellikleri." Spor Hekimliği Dergisi. 24, 3: 71-77,1989.
22. İşleğen, Ç., Ertat, A., Çolakoğlu, H. ve E. Yılmaz. "12-14 Yaş ve 15-17 Yaş Futbol Takımlarının Bazı Fonksiyonel Parametrelerinin Kontrol Grubu ile Karşılaştırılması." Spor Hekimliği Dergisi. 23, 1: 9-15,1988.
23. Jersild, AT. Çocuk Psikolojisi. Çev. G. Günce. 3. Baskı. Ankara: A. Ü. Eğitim Fakültesi Yayını, 1979.
24. Karasar, N. Bilimsel Araştırma Yöntemi. Ankara: 3 A Yayınları, 1994.
25. Kaya, Y. K. Eğitimde Model Arayışı ve X. Millî Eğitim Şurası Kararlarının Değerlendirilmesi. Ankara: DPT 1879, Şubat 1983.
26. Koç, H. ve Gökdemir, K. "Eurofit Test Bataryası ile 14-16 Yaş Grubu Hentbolcuların Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametrelerinin Değerlendirilmesi." Bed. Eğt. Spor. Bil. Der. II. 2:16-24,1997.
27. Koçyiğit, F. ve Öztürk, F. "İlkokul ve İlköğretim Okullarında Beden Eğitimi Dersi Uygulama Sorunu." I.Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu, İzmir: 19-21 Aralık 1991: 207-214.
28. Kuter, M. ve Öztürk, F. "Türkiye Şampiyonu Bir Küçük Yıldız Basketbol Takımının Fiziksel Profili." Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi Bildirileri. Ankara: 20-22 Kasım 1992: 249-253.
29. Kuter, M. ve Öztürk, F. "Türkiye Şampiyonu Bir Küçük Yıldız Basketbol Takımının Fiziksel ve Fizyolojik Profilinin Dereceye Girememiş Bir Takım ile Karşılaştırılması." Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi Bildirileri. Ankara: 20-22 Kasım 1992: 265-271.
30. MEB. İlköğretim Okulları, Ortaokullar, Lise ve Dengi Okullar Beden Eğitimi Dersi Öğretim Programları, İstanbul: Millî Eğitim Basımevi, 1988.
31. Menteşe, S. "Ülkemizdeki Okullarda Görev Yapan İlkokul Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Çeşitli Sıkıntılar ve Beden Eğitimi Dersleri." I. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu, İzmir: 19-21 Aralık 1991:203-205.
32. Metiner, G. ve i. O. Uluğ. "Spor Yapan ve Yapmayan Ebeveynlerin Çocuklarının Fiziksel ve Motorsal Performans Farklarının İncelenmesi." IV.Spor Hekimliği Kongresi Bildirileri. İzmir: 17-19 Eylül 1993:253-259.
33. Özmen, O. Çağdaş Sporda Eğitim Üçgeni. İzmir: E.Ü. BESYO Yayını, 1976.
34. Saracaloğlu, A.S. Türk ve Japon Öğretmen Yetiştirme Sistemlerinin Karşılaştırılması. İzmir: E.Ü. Edebiyat Fakültesi Yayını No: 65, 1992.
35. Saracaloğlu, A.S., Altıparmak, M.E. ve H.K. Gücü. "Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Program ve Öğretime İlişkin Sorunları." Performans. 1, 1: 35-58,1995.
36. Singer, R.N. Motor Learning and Human Performance: An Application to Physical Education Skills. Third Edition. New York: The MacMillan Camp., 1988.
37. Türkmen, S., Kayatekin, M., Varol, R. ve H. Özgönül. "Beden Eğitimi Derslerinin Bir Öğretim Yılı Boyunca Ambulans ve Acil Bakım Teknikerliği Öğrencileri Üzerindeki Fiziksel-Fizyolojik Özellikleri." Performans. 1, 3:141-145, Temmuz 1995.
38. Yalçınkaya, M., Saracaloğlu, A.S. ve S.R.Varol. "Üniversite Öğrencilerinin Spora İlişkin Görüşleri ve Beklentileri." Spor Bilimleri Dergisi. 4, 2:12-26, Haziran 1993.
39. Yolcu, I. "Eğitim Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Sporun Yeri ve Önemi." I. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu Bildirileri, İzmir: 19-21 Aralık 1991:69-72.
40. Ziyagil, M.A., Tamer, K.; Zorba, E.; Uzuncan, S. ve H. Uzuncan. "Eurofit Test Bataryası Vasıtasıyla 10-12 Yaşları Arasındaki Erkek ilkokul Öğrencilerinin Fiziksel Uygunluk ve Antropometrik Özelliklerinin Yaş Gruplarına ve Spor Yapma Alışkanlıklarına Göre Değerlendirilmesi." Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 1:20-28, Ocak 1996.
41. Zorba, E., Ziyagil, M.A., Çolak, H., Kalkavan, A., Kolkusa, Ş., Torun, K. ve S. Özdağ. "12-15 Yaş Grubu Futbolcuların Antropometrik ve Fiziksel Uygunluk Değerlerinin Sederter Grupla Karşılaştırılması." Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi. 3:17-22,1995.
42. Zorba, E., Ziyagil, M.A., Çolak, H., Kalkavan, A., Kolkusa, Ş., Torun, K. ve S. Özdağ. "12-15 Yaş Grubu Voleybolcuların Antropometrik ve Fiziksel Uygunluk Değerlerinin Sederter Grupla Karşılaştırılması." Voleybol Bilim ve Teknoloji Dergisi. 1:40-47,1995.