

İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN BİR ÖĞRETİM DÖNEMİNDE FİZİKSEL UYGUNLUK GELİŞİMLERİNDEKİ DEĞİŞİMİN İNCELENMESİ

Settar KOÇAK *
Alparslan KARTAL **

ÖZET

Beden eğitimi öğretmenleri ve ilk-orta öğretim öğrencilerinin günümüzde uygulanan beden eğitimi derslerini, ders hedeflerine ulaşmada yetersiz olarak değerlendirdiğini rapor eden çalışmalar vardır (Çöker, 1991; Topkaya, 1995; Sunay, 1995). Bir çalışmada ise, beden eğitimi derslerine 12 hafta boyunca katılan öğrencilerin katılmayan öğrencilere göre motor beceri ve yeteneklerinde belirgin bir gelişme bulunmuştur (Yenal, 1996). Bu bulgular arasında beden eğitimi derslerinin fiziksel gelişime dönük hedeflere ulaşmadaki etkisi üzerinde çelişki gözükmektedir.

Buradan yola çıkılarak bu çalışmanın temel amacı, ilköğretim okullarının birinci kademesinde bir, ikinci kademesinde iki saat olarak uygulanan beden eğitimi dersinin öğrencilerin fiziksel gelişimlerine olan etkisinin araştırılması olmuştur. Bu çalışmaya Ankara'da bulunan üç ilköğretim okulunun 4, 5, 6, 7, ve 8 sınıflarından toplam 186 öğrenci katılmıştır.

Fiziksel Performans ölçümleri dönem başında öğrencilerin boy, vücut ağırlığı, dikey sıçrama, mekik, otur-eriş testi, sağ-sol el pençe kuvveti, 10x5 m sprint mekik koşusu ve mekik dayanıklılık koşusundan oluşan ön testlerle yapılırken dönem sonunda ise boy ve vücut ağırlığı dışındaki aynı parametrelerde son test değerleri alınarak yapılmıştır. İstatistiksel analizler paired-t test kullanılarak yapılmıştır.

Çalışma sonuçları erkek ve kız öğrencilerin ön ve son ölçümleri arasında sadece mekik ve 10x5 sprint mekik koşusunda anlamlı gelişme olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Fiziksel Uygunluk, İlköğretim Okulları

* Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, ANKARA

** Çankaya Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Merkezi, ANKARA

A STUDY ON CHANGES IN PHYSICAL FITNESS OF ELEMENTARY EDUCATION STUDENTS IN ONE EDUCATION PERIOD

ABSTRACT

There are studies which reports that physical education teachers and elementary schools students evaluates the Physical Education (PE) lessons to be inadequate to reach the lesson requirements (Çöker, 1991; Topkaya, 1995; Sunay, 1995). In another study it was stated that the students who attended PE lesson for 12 weeks were observed to have clear improved than those of not attend in motor skills and abilities (Yenal, 1996). These findings contradict on the effect of PE lessons aiming to reach physical development.

Therefore the main purpose of this study was to investigate the effect of physical education lessons performed one hour in first level and two hours in second level of elementary school on the students' physical development. Totally 186 students from 4, 5, 6, 7 grade classes of 3 elementary schools in Ankara participated in this study. The physical performance measures were taken at the beginning of the first semester with pre-test of height, weight, vertical jump, sit-ups, sit and reach test, right-left grip strength, 10x5 sprint shuttle run and endurance shuttle run, at the end of the semester post-test of the same parameters. Paired t-test was used for statistical analysis.

Results of this study indicated that there were significant improvements between pre and post tests only sit-ups and 10x5 sprint shuttle run measurements for both male and female subjects.

Key Words: *Physical Education, Physical Fitness, Basic Education Schools*

GİRİŞ

Ülkemizde de beden eğitimi derslerinin okullara girişi çok yenidir. İlk olarak "Mekteb-i Sultani" şimdiki adı ile Galatasaray Lisesinde ve askeri liselerde 1800'li yılların sonlarında fiziksel talim amaçlı olarak cimmastik adı ile programa alınan beden eğitimi dersleri zamanla diğer okul programlarına da yayılmıştır⁽¹⁾. Ülkemizde 1923-1924 yılında okul sayısı olarak 5010 ilköğretim okulu (4894 ilkokul ve 116 ortaokul) ile 11292 öğretmen (10238 ilkokul ve 1054 ortaokul) bulunurken bu rakamlar 2000-2001 öğretim yılı itibariyle ülkemizde 36047 ilköğretim okulu ve bu okullarda çalışan 345001 öğretmene ulaşmıştır⁽²⁾. Milli Eğitim Bakanlığının 1998 verilerine göre ülkemizde toplam 9938 beden eğitimi öğretmeni görev yapmaktadır⁽²⁾.

Günümüzde çağdaş beden eğitimi programlarında hedefler öğrencilerin fiziksel beceri gelişimleri ile birlikte onların kariyer seçimi, beslenme alışkanlıklarının daha olumlu hale getirilmesi, hayat boyu yapılacak bir egzersizin seçimi, egzersiz ve antrenman bilgisinin ötesinde onları yorumlayabilme ve kendi için egzersiz programı hazırlayıp değerlendirebilme gibi hedefleri içermektedir^(3,4).

Beden eğitimi derslerinin ülkemizde okullara girişi yeni olmakla beraber günümüz Türk Milli Eğitim amaçları içinde beden eğitimi "öğrencilerin kişisel ve toplumsal yönden sağlıklı, mutlu ve iyi ahlaklı ve dengeli bir kişilik sahibi yapıcı ve üretken, milli kültür değerlerini ve demokratik hayatın temel ilkelerini benimsemiş fertler olarak yetiştirilmesine katkıda bulunacak bir eğitim alanı" olarak ele alınmıştır⁽⁵⁾.

Gerçekten ülkemizde okullarımızda uygulanan beden eğitimi programında Milli Eğitim

Bakanlığının belirlediği genel amaçlar içinde fiziksel hedefler yanında bilişsel, duyuşsal ve sosyal hedefler de yer almaktadır. Ancak beden eğitimi programında yer alan amaçlar kadar bunlara ulaşmak için nasıl bir uygulama yapıldığı, bunların nasıl değerlendirildiği ve değerlendirme sonucunda bu hedeflere ulaşıp ulaşılmadığının belirlenmesi de önemlidir. Örneğin British Columbia⁽⁶⁾ beden eğitimi programında temel bilişsel hedeflerden biri öğrencilerin değişik egzersiz tiplerinin yada antrenman metodlarının etkilerini anlama, yorumlama ve değerlendirme gibi üst bilişsel beceriler üzerine kurulu iken, ülkemizdeki okul beden eğitimi içindeki bilişsel hedef boyutu spor kurallarını bilme ve kavrama gibi daha düşük bilişsel beceriler üzerine kurulu gözükmektedir.

Ülkemizde ilkokul ve ortaokul kurumları 1997 tarihinde 23084 sayılı Resmi Gazetede yayımlanan 4306 sayılı yasa ile birleştirilerek ilköğretim okulu olarak değiştirilmiştir. Bu okullarda kesintisiz eğitim yapılması ve bitirenlere ilköğretim diploması verilmesi de aynı yasa ile hükme bağlanmıştır.

Fiziksel eğitimin ve beceri gelişimi hedeflerinin çok büyük bir önem teşkil ettiği Türk okul beden eğitimi programında ilköğretim kurumlarında bu hedeflere ulaşma da beden eğitimi uygulamalarının ne derece amacına ulaştığı pek çok kez sorgulanan bir konu olmuştur^(7,8,9,10). Günümüzde haftada 1 veya 2 saatlik bir beden eğitimi dersi ile çocukların fizyolojik gelişiminin artılamayacağı, bunu sağlamak için haftada en az üç kez egzersiz yapmanın gerekliliği literatürde genel kabul görmüş bir konudur⁽¹¹⁾. Ancak 04.09.2001 tarihli ve 339 sayılı karar sayısı ile 6,7 ve 8 inci sınıflarda okutulan beden eğitimi dersi haftada 1 saatten 2 saate çıkarılmıştır⁽¹²⁾. Buradan yola çıkarak bu çalışmanın temel amacı ilköğretim öğrencilerinin bir öğretim dönemi başı ile sonunda gösterdikleri fiziksel değişimin EUROFIT⁽¹³⁾ bataryası ile değerlendirilmesi, beden eğitimi derslerinin fiziksel uygunluk gelişime ne tip bir etkisinin olduğunun araştırılması ve okul beden eğitimi hedeflerinin bulunan sonuçlar doğrultusunda sorgulanmasıdır.

YÖNTEM

Örneklem

Milli Eğitim Bakanlığının (MEB), Sosyo Ekonomik Statü'ye (SES) göre Ankara ilinde kategorize ettiği üç bölgeden okullarla iletişim kurulduktan sonra bu okullardan gönüllü olarak çalışmaya katılmayı kabul eden üç ilköğretim okulundan (her SES bölgesinden birer) 4 ve 8. sınıflar arasında 93 erkek, 93 kız olmak üzere toplam 186 öğrenci çalışmanın örneklem grubunu oluşturmuştur. Çalışma 1998-1999 II. Öğretim dönemi başından sonuna olmak üzere toplam 14 haftayı kapsamıştır.

Veri Toplama Araçları

Fiziksel Performans ölçümleri dönem başında öğrencilerin boy, vücut ağırlığı, dikey sıçrama⁽¹³⁾, mekik, otur-eriş esneklik testi, sağ ve sol el pençe kuvveti, 10x5 m hızlı mekik koşusu ve mekik dayanıklılık koşusundan oluşan ön testlerle yapılırken dönem sonunda ise boy ve vücut ağırlığı dışındaki aynı parametrelerde son test değerleri alınarak yapılmıştır. Testlerin tamamı bir oturumda mekik dayanıklılık koşusu en sonda fakat aralarda 4-5 dk dinlenme olacak şekilde EUROFIT test yönergesindeki talimatlara uyularak yapılmıştır.

BULGULAR

Bu çalışmanın temel amacı, ilköğretim okullarının birinci kademesinde bir ikinci kademesinde iki saat olarak uygulanan beden eğitimi dersinin öğrencilerin fiziksel gelişimlerine olan etkisinin araştırılması olmuştur. Bu çalışmaya Ankara'da bulunan üç ilköğretim okulunun (ODTÜ, Halide Edip Adıvar ve Mustafa Tarman İlköğretim Okulları) 4, 5, 6, 7, ve 8 sınıflarından 93 erkek ve 93 kız öğrenci olmak üzere toplam 186 öğrenci katılmıştır. Katılanların genel, sınıflara ve okullara göre yaş, boy ve vücut ağırlığı ortalamaları Tablo 1'de verilmiştir. Öğrencilerin genel değerlere göre seçilmiş fiziksel testlerinin ön ve son test sonuçları Tablo 2'de, erkek öğrencilerin ayrıca sonuçları Tablo 3'de, kız öğrencilerin ise Tablo 4'de sunulmuştur.

Tablo 1: Çalışmaya Katılan Öğrencilerin Genel, Sınıflar ve Okullara Göre Yaş, Boy, Vücut Ağırlığı Değerleri.

		Yaş (yıl)		Boy (cm)		Vücut Ağırlığı (kg)		
		X	Sd	X	Sd	x	sd	
GENEL	Kız (n=93)	11.1	1.6	150.0	9.8	42.9	10.1	
	Erkek (n=93)	11.0	1.6	149.8	11.7	43.9	13.2	
	Genel (n=186)	11.0	1.6	149.9	10.8	43.4	1.5	
SINIFLARA GÖRE	4. Sınıf	Kız (n=21)	9.1	.4	142.1	8.6	35.3	6.8
		Erkek (n=27)	9.2	1.0	139.6	6.2	35.0	8.0
		Genel (n=48)	9.1	.8	140.7	7.4	35.1	7.4
	5. Sınıf	Kız (n=14)	10.0	.3	139.5	5.6	34.0	8.2
		Erkek (n=11)	10.0	.3	142.6	2.3	40.1	5.8
		Genel (n=25)	10.0	.3	140.8	4.7	36.6	7.7
	6. Sınıf	Kız (n=23)	11.4	.9	153.4	6.6	47.8	9.1
		Erkek (n=23)	11.2	.5	150.5	7.3	45.6	13.6
		Genel (n=46)	11.3	.7	152.0	7.0	46.7	11.5
	7. Sınıf	Kız (n=23)	12.2	.8	154.2	5.1	45.2	7.2
		Erkek (n=17)	12.0	.7	152.2	10.8	46.7	11.4
		Genel (n=40)	12.1	.7	155.5	8.1	45.9	9.1
8. Sınıf	Kız (n=12)	13.5	.5	161.5	6.1	53.0	6.2	
	Erkek (n=15)	13.2	.8	163.8	9.2	57.0	13.8	
	Genel (n=27)	13.4	.6	162.8	7.9	55.2	11.0	
OKULLARA GÖRE	ODTU İÖO	Kız (n=25)	10.6	1.7	150.4	11.8	42.0	9.7
		Erkek (n=36)	10.6	1.8	149.5	12.9	43.7	16.0
		Genel (n=61)	10.6	1.7	149.9	12.4	43.0	13.7
	Halide Edip İÖO	Kız (n=23)	11.2	2.0	151.1	9.9	45.7	12.0
		Erkek (n=23)	11.1	1.4	150.9	12.5	45.8	12.9
		Genel (n=46)	11.2	1.9	151.0	11.1	45.7	12.3
	Mustafa Tarhan İÖO	Kız (n=45)	11.4	1.2	149.0	8.7	42.0	9.2
		Erkek (n=34)	11.2	1.0	149.5	10.0	43.0	9.9
		Genel (n=79)	11.3	1.1	149.3	9.2	42.4	9.4

Kız ve erkek öğrencilerin seçilmiş fiziksel uygunluk testlerine bakıldığında dikey sıçrama ve otur eriş esneklik testinde ön ölçümler, mekik ve 10X5 metre mekik koşusunda son ölçümler lehine anlamlı fark bulunmuştur (Tablo 2, 3, 4).

Tablo 2: Genel Değerlere Göre Seçilmiş EUROFİT Testlerinin Eşleştirilmiş İki Örnek Test Sonuçları (n=186).

		X	Sd	T	p
Dikey Sıçrama (cm)	Öntest	21.6	4.6	3.270	.001*
	Sontest	20.6	4.8		
Otur Eriş (cm)	Öntest	21.9	6.0	-3.370	.001*
	Sontest	20.9	6.1		
Pençe Kuvveti (kg)	Öntest	19.4	5.6	-.690	.489
	Sontest	19.5	6.1		
	Öntest	18.1	5.3	-.050	.962
	Sontest	18.1	6.0		
Mekik (30 sn/adet)	Öntest	18.4	4.7	-6.650	.000*
	Sontest	20.3	4.2		
Mekik Koşusu (tur)	Öntest	39.4	17.7	-1.760	.080
	Sontest	41.4	18.5		
10x5 m sprint mekik koşusu (sn)	Öntest	15.9	2.0	-5.210	.000*
	Sontest	15.2	1.3		

*anlamlı fark ($p < .050$)

Tablo 3: Erkek Öğrenci Değerlerine Göre Seçilmiş EUROFİT Testlerinin Eşleştirilmiş İki Örnek Test Sonuçları (n=93).

		X	Sd	T	p
Dikey Sıçrama (cm)	Öntest	23.2	4.8	2.850	.005*
	Sontest	22.0	5.2		
Otur Eriş (cm)	Öntest	20.3	5.8	-2.680	.009*
	Sontest	19.1	5.4		
Pençe Kuvveti (kg)	Öntest	20.2	6.0	-.280	.779
	Sontest	20.1	6.7		
	Öntest	18.9	5.8	-.100	.923
	Sontest	18.9	6.8		
Mekik (30 sn/adet)	Öntest	19.4	4.7	-6.650	.000*
	Sontest	21.1	4.2		
Mekik Koşusu (tur)	Öntest	43.8	18.7	-1.870	.065
	Sontest	47.1	19.7		
10x5 m hızlı mekik koşusu (sn)	Öntest	15.4	2.3	-3.490	.00*
	Sontest	14.7	1.1		

Tablo 4: Kız Öğrenci Değerlerine Göre Seçilmiş EUROFİT Testlerinin Eşleştirilmiş İki Örnek Test Sonuçları (n=93).

		X	Sd	T	p
Dikey Sıçrama (cm)	Öntest	19.9	3.8	1.700	.093
	Sontest	19.3	4.0		
Otur Eriş (cm)	Öntest	23.5	5.9	-2.060	.042*
	Sontest	22.7	6.2		
Pençe Kuvveti (kg)	Öntest	18.6	5.1	-1.290	.200
	Sontest	18.9	5.4		
Sağ	Öntest	17.3	4.6	-.040	.967
	Sontest	17.3	5.0		
Sol	Öntest	17.3	4.1	-6.980	.000*
	Sontest	19.5	3.8		
Mekik (30 sn/adet)	Öntest	17.3	4.1	-6.980	.000*
	Sontest	19.5	3.8		
Mekik Koşusu (tur)	Öntest	35.0	15.5	-.450	.650
	Sontest	35.6	15.2		
10x5 m sprint mekik koşusu (sn)	Öntest	16.3	1.5	-4.100	.000*
	Sontest	15.7	1.2		

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çöker⁽¹⁴⁾ ilkokullarda beden eğitimi dersinin etkinliğinin değerlendirilmesi üzerine Ankara merkez, ilçe ve köy temel eğitim okullarında görevli 277 öğretmen ve yönetici ile yaptığı araştırmada öğretmenlerin büyük çoğunluğunun beden eğitimi dersinin Milli Eğitim bakanlığının hazırlamış olduğu merkezi beden eğitimi ders program amaçlarının gerçekleşmediği görüşünde olduğunu vurgulamıştır. Bu araştırmada beden eğitimi öğretmenleri yer, araç, gereç yetersizliğini, sınıf öğretmenlerinin beden eğitimi dersini uygulamak için yeterli olmamalarını, öğretmen, yönetici ve velilerin beden eğitimi dersini önemsememelerini ve beden eğitimi dersinin başka dersler için kullanılmasını amaçlara ulaşılmamasının nedenleri olarak vurgulamışlardır. İzmir ilinde görev yapan 190 beden eğitimi öğretmeni üzerinde beden eğitimi müfredat sorunları ve yeni yaklaşımları konu alan diğer benzer bir araştırmada Topkaya⁽¹⁵⁾ da beden eğitimi müfredatının öğretmenler tarafından öğrencileri yaşama hazırlayabilecek düzeyde olmadığını vurgulamıştır. Aynı yıl Türkiye genelinde farklı 12 orta öğretim kurumundan 300 öğretmen ve 900 öğrenci katılımıyla Çumrağil⁽⁷⁾ tarafından gerçekleştirilen araştırmada öğretmen ve öğrencilerin beden eğitiminin genel amaçlarını farklı algıladıkları ve beklentilerinin de değişik olduğu sonuçları bulunmuştur.

Gerçekten lise öğrencilerinin beden eğitimi dersinden beklentilerinin gerçekleşme düzeylerini belirlemek amacıyla Sunay⁽¹⁶⁾'ın Ankara 'da sosyo ekonomik düzeyi farklı üç bölgeden altı orta öğretim okulundan 1052 öğrenci ile yaptığı araştırmada öğrencilerin beden eğitimi dersinin kendilerinin fiziksel gelişimlerinin yanı sıra moral, sosyal ve mesleki yönlerden katkıda bulunmasını

beklediklerini ancak uygulanan ders programlarının bu beklentilerini gerçekleştirmekten uzak olduğu sonucuna varılmıştır. İzmir bölgesinde benzer şekilde üç farklı sosyo ekonomik bölgeden seçilen üç temel öğretim okulundan rasgele seçilen 150 öğrenci üzerinde Köksal⁽⁶⁾'ın yaptığı çalışmada öğrencilerin beden eğitimi dersini gerekli gördüklerini rapor etmiştir.

Diğer bir çalışmada Rona ve Gökmen⁽¹⁷⁾ üniversite öğrencilerinin beden eğitiminin en çok fiziksel amacını aldıklarını vurgulamıştır. Bununla beraber, Yıldırım ve Yetim⁽¹⁸⁾ tarafından öğrenci, öğrenci velisi, beden eğitimi öğretmeni ve üniversitelerde görev yapan öğretim elemanlarının okul beden eğitiminin öncelikli amaçlarını tespit etmeye yönelik çalışmalarında sosyal ve zihinsel kapsamlı amaçların gerek genel gerekse gruplararası değerlendirmede fiziksel amaçlardan önce geldiği bulunmuştur. Sonuç olarak yapılan çalışmalar göstermektedir ki ülkemizde beden eğitimi dersi öğretmen ve öğrenciler tarafından gerekli ve yararlı görülmeyle beraber uygulamada karşılaşılan zorluklar ve eksikliklerden ötürü hedeflerini ve kişilerin beklentilerini yerine getirmekten uzaktır.

Yenal, Çamlıyer ve Saracaloğlu⁽¹⁹⁾ ilköğretim ikinci kademedeki beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılan deney grubu öğrencilerinin 12 hafta sonunda bu etkinliklere katılmayan kontrol grubu öğrencilerine göre EUROFIT Test Bataryasında yer alan denge, disklere dokunma, esneklik, durarak uzun atlama, pençe kuvveti, mekik, bükülü kol ile asılma, 10X5m. mekik koşusu ve mekik dayanıklılık koşularında deney grubunun lehine anlamlı bir fark bulmuşlardır. Ancak deney grubunun ön test ve son test ölçümlerindeki değişiklikler denge, disklere dokunma ve 10X5m. mekik koşusundan istatistiksel açıdan anlamlı olarak azalma diğer değerlerde yine istatistiksel açıdan anlamlı olarak artma şeklinde değişkenlik göstermiştir.

Bu çalışmada da 14 haftalık beden eğitimi etkinliklerine katılan öğrencilerin ön test son test ölçümlerinde sadece mekik değerlerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir artış bulunurken, dikey sıçrama, esneklik ve 10x5m. mekik koşusu değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir azalma tespit edilmiştir. Mekik dayanıklılık ve pençe kuvveti değerlerinde ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunamamıştır. Kız ve erkek öğrenciler ayrı gruplar olarak kendi içinde ele alındığında da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Bu farklı sonuçlar uygulanmakta olan beden eğitimi ders etkinliklerinin istenen ölçüde öğrencilerin fiziksel uygunluklarında anlamlı gelişmelere yol açmadığı söylenebilir.

Şenel⁽²⁰⁾ yaptığı çalışma sonucunda beden eğitimi derslerine ek olarak 10 dakikalık fiziksel uygunluk etkinliklerine katılan öğrencilerin fiziksel ve fizyolojik değerlerinde sadece beden eğitimi derslerine katılan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulgusuna dayanarak, bu tür programların daha sık ve kapsamlı olarak artırılması gerekliliğini vurgulamıştır. Buna ek olarak uygulama'da nitelikli öğretmen, okul malzeme ve tesis eksikliği ve benzeri sorunlar göz önüne alındığında beden eğitimi dersleri spor kültürü yerleştirecek şekilde planlanarak, kişilere yaşam boyu egzersiz yapabilecek bilgi ve beceri kazandırılmasında düşünülmelidir.

KAYNAKLAR

1. Erkal, M, Güven, Ö. ve Ayan; D. Sosyolojik Açından Spor, (Genişletilmiş 3. Basım), Der Yayınları, İstanbul, 1998, s.124-125.
2. MEB. 2001 Yılı Başında Milli Eğitim; Milli Eğitim Basımevi, 2000.
3. Willgoose, C. E; The Curriculum in Physical Education, Prentice Hall New Jersey, (1984), s 27-55.
4. Harrision, J. ve Blakemore, C; Instructional Strategies for Secondary School Physical Education, Wmc Brown Pub,1992.
5. MEB. Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Ders içi ve Ders Dışı Çalışmaları Rehberi, Milli Eğitim Basımevi, Ankara,1997.
6. British Columbia IRP for Physical Education. Integrated Resource Package, British Columbia Ministry of Education, Skills & Training, (1996), (<http://www.est.gov.bc.ca>).
7. Çumrağıl, B; Seçilmiş Bazı İllerde Orta Öğretim Kurumlarında Beden Eğitimi Öğretiminin Yapısı ve Sorunları, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı,1995.
8. Köksal, N; Temel Eğitim 1. Devre Eğitim Programlarında Beden Eğitimi Dersleri, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, 1995.
9. Boztepe, H; "İlköğretim Çağındaki Çocukların Bedensel ve Sosyal Gelişmelerinde Beden Eğitimi ve Sporun Önemi", 2. Ulusal Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu, Milli Eğitim Basımevi, Ankara, 1993.
10. Koç, Ş; "Değişik Kesimlerin Okul Beden Eğitimi Konusundaki Görüş ve Değerlendirmelerine İlişkin Bir Araştırma", 2.Ulusal Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu, Milli Eğitim Basımevi, Ankara, 1993.
11. Fox E, Bowers, R. and Foss; M. The Physiological Basis of Physical Education and Athletics, (Fourth edit, Wm.C.Brown Pub, Dubugue, Iowa, 1989)
12. MEB. İlköğretim Okulu Haftalık Ders Çizelgesinde Yer Alan Bazı Derslerin Haftalık Ders Saatlerinin Değiştirilmesi, MEB Talim Terbiye Kurulu Başkanlığı, Ankara, 2001.
13. Council of Europe; Committee for the Development of Sport. European Test of Physical Fitness, Rome, (1988).
14. Çoker, N. Ankara İlkokullarındaki Beden Eğitimi Derslerinin Etkinliğinin Değerlendirilmesi, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, 1991.
15. Topkaya, I; Ortaöğretimde Beden Eğitimi ve Spor Müfredatı Sorunları ve Yeni Yaklaşımlar, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, 1995.
16. Sunay, Y; Ankara İlinde Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersinden Beklentilerinin Gerçekleşme Düzeyine İlişkin Görüşleri, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, 1995.
17. Rona, M.Ş. ve Gökmen, H; "Gazi Üniversitesi Öğrencilerinin Beden Eğitiminin Amaçlarını Algılama Düzeyleri", Spor Bilimleri Dergisi, Sayı: 6, (Ocak 1995), s.13-22.
18. Yıldırım, İ., Yetim, A. A; "Orta Öğretimde Beden Eğitimi Dersinin Öncelikli Amaçları Üzerine Bir Araştırma", Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Sayı:3 (1996), s. 36-43.
19. Yenil, H. T., Çamlıyer, H., Saracaloğlu; A.S. "İlköğretim İkinci Devre Çocuklarında Beden Eğitimi ve Spor Etkinliklerinin Motor Becer, ve Yetenekler Üzerine Etkisi", Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Sayı:3 (1999), s. 15-24.
20. Şenel, Ö; "İlköğretim Beden Eğitimi Dersi Müfredat Programına Entegre Edilen Fiziksel Uygunluk Aktivitelerinin Öğrencilerin Fiziksel ve Fizyolojik Parametreleri Üzerindeki Etkileri". Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Sayı:3 (1998), s. 27-34.