



# Okul Öncesi Çocuklarda Temel Cimnastik Programının Motor Gelişim Açısından İncelenmesi

## Investigation of Basic Gymnastics Program in terms of Motor Development among Pre-school Children

Haydar DURUKAN, Kadir KOYUNCUOĞLU, Uğur ŞENTÜRK

### ORJİNAL ARAŞTIRMA ORIGINAL RESEARCH

Haydar DURUKAN<sup>1</sup>  
Kadir KOYUNCUOĞLU<sup>2</sup>  
Uğur ŞENTÜRK<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Çanakkale Onsekiz Mart  
Üniversitesi, Eğitim Fakültesi,  
<sup>2</sup> Çanakkale Onsekiz Mart  
Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor  
Yüksekokulu

Yazışma Adresi/Correspondence:  
Kadir KOYUNCUOĞLU  
Çanakkale Onsekiz Mart  
Üniversitesi, Beden Eğitimi ve  
Spor Yüksekokulu, Çanakkale, ,  
TÜRKİYE  
hdurukan@comu.edu.tr  
kkoyuncuoglu45@gmail.com  
ugursenturk@gmail.com

Kabul Tarihi/Accepted: 27/12/2016

NOT: Çanakkale Onsekiz Mart  
Üniversitesi BAP komisyonu  
tarafından Araştırma Projesi (SBA-  
2015-554) olarak desteklenmiştir.

ISSN: 2149-1046  
Celal Bayar Üniversitesi ©  
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

**Özet:** Bu araştırmanın amacı, Okul öncesi 6 yaş grubu çocuklarda 16 haftalık temel cimnastik eğitimi programının çocuklarda motor gelişim üzerine etkisinin İncelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden deneysel yöntem ön test-son test kontrol grup deseni kullanılmıştır. Araştırmada Çanakkale il merkezinde tesadüfi örneklem medotu ile seçilen (Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Çocuklar Evi) okulöncesi eğitim kurumunda öğrenim gören 6 yaş grubu çocuklardan deney grubu (n=27), kontrol grubu (n=27) toplam 54 çocuk ile yürütülmüştür. Araştırmada veri toplamak amacıyla; Çocuklara 16 hafta temel cimnastik eğitimi programı uygulanmıştır. 16 haftalık temel cimnastik eğitimi programı öncesinde ve sonrasında hem kontrol hem deney grubuna çocuk motor performanslarını ölçmek için Morris, Atwater Williams ve Willmore'un 1980 yılında gerçekleştirdikleri motor performans test protokolü kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin ortalama ve standart sapmaları alınmıştır. Araştırmaya katılan deney ve kontrol gurubu arasında son-test bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir (p<0,01). Araştırmada deney gurubu ön-test ve son-test karşılaştırmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir (p<0,01). Bu karşılaştırmalarda son-test değerlerinin ön-test değerlerinden yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırma sonuçlarına göre, Okul öncesi 6 yaş grubu çocuklarda 16 haftalık temel temel cimnastik eğitimi programının öğrencilerin motor gelişim düzeylerinde olumlu yönde etkisinin artması için uzun süreli uygulama sağlanmalıdır.

**Anahtar Kelimeler:** Okul Öncesi, Temel Cimnastik Eğitim, Motor Gelişim.

**Abstract:** The purpose of the present research is investigating the effect of 16-week basic gymnastics education program on motor development among pre-school 6 years old children. The present research adopted pre-test-post-test design of experimental method, which is a quantitative research method. The present research was conducted on the total of 54 (experiment group (n=27), control group (n=27)) children who were selected via random sampling method among 6-year old children, who study at pre-school education institutions (Çanakkale Onsekiz Mart University Children House) in the province centre of Çanakkale. In order to collect data, 16-week basic gymnastics education program was conducted on participants. Motor Performance test protocol, developed by Morris, Atwater Williams and Willmore in 1980, was utilized on both experiment and control group children, in order to measure their motor performance before and after 16-week training program. Average and standard deviation values were calculated for the data collected within the present research. It was found that, there was a statistically significant difference between post-test scores of experiment and control groups (p<0.01). According to the findings, there is also a statistically significant difference between pre-test and post-test scores of experiment group (p<0.01). Accordingly, post-test scores were higher than pre-test scores. According to these findings obtained in the present research, 16-week basic gymnastics education program implemented on pre-school 6-year-old children had positive effects on the motor development and the program should be implemented longer for further development.

**Keywords:** Pre-school, Basic Gymnastics Education, Motor Development

**E**ğitimin en önemli amaçlarından birisi; çocukları yaşam için hazır hale getirebilmektir. Bu yüzden eğitim onlara, hayatı mümkün olduğunca, olduğu gibi ama çocukça yaşatmalıdır. Eğitim bu bakış açısıyla yaşanması istenen hayatın bir provasıdır. Prova ne kadar gerçeğe yakın yapılırsa, yaşam o derece kontrol altına alınır ve istenmeyen sürprizlerle karşılaşmaz. Bunun için eğitim unsurları sürekli gözden geçirilerek yeniden değerlendirilmelidir (Yavuzer, 1999).

Okul öncesi dönem, hareket becerilerine en kalıcı ve olumlu katkıların yapılabileceği bir dönemdir. Bu dönem çok kritik bir dönem olup tüm yaşama yön verecek gelişim aşamalarını kapsar. Çocukların yaşantılarında çok önemli bir yere sahip olan okulöncesi döneminde sağlıklı ve dengeli bir fiziksel gelişim göstermeleri çok önemlidir (Evrıdiki ve ark., 2004). Çocuklarda düzenli olarak yapılan fiziksel aktivite, sağlıklı bir fiziki yapıya sahip olmasını sağlarken; ilerleyen yaşlarda fiziksel yapısının bozulmamasına yardımcı olur. (Özbar, 2004). Bu dönemde çocukların gelişimi için kritik dönemler vardır. 6 yaş çocukların bazı becerileri kazandığı kritik bir dönemdir. Çok önemli bir noktada bu dönemde beceri eğitimi kazandırılırken çocuklara psikomotor gelişimlerini destekleyici eğitim verilmelidir. Bu dönemde özellikle çocukların esneklik, çabukluk koordinasyon ve denge, vb gelişimleri desteklenmeli ve bu yönde sportif faaliyetler içeren eğitici oyunlara ve temel cimnastik eğitimi programlarına ağırlık verilmelidir.

Okul öncesi dönem kişisel farklılıkları göz önünde bulunduran, var olan yetenek ve becerileri ortaya çıkarıp geliştiren, çocuğun toplumda daha sağlıklı yer edinmesini ve topluma uyum sağlamasını kolaylaştırmaya yönelik sistemli ve programlı bir eğitim süreci olarak ifade edilebilir (İnan, 2011). Gallahue'ye göre bu dönem temel becerilerin (koşma, sıçrama, atlama, fırlatma, yakalama, sekme ve topa ayakla vurma v.b.) kazanıldığı dönemdir (Özer ve Özer, 2004). Bu dönemde çocuklara çok yönlü hareket becerileri uygulanmalıdır. Hareket eğitiminin ve eğitsel oyunların koordinatif yeteneklerin gelişiminde büyük önem taşıdığı unutulmamalıdır (Mengütay, 2005). Branşlara yönelik hareket öğretimine geçişi sağlayacak temel hareketleri mükemmel düzeyde yapabilen çocukları destekleyen bir hareket eğitimi programı toplumun sportif başarısı açısından önem taşımaktadır (Evrıdiki ve ark., 2004). Kompleks becerilerin büyük bir bölümünün asıl hareket parçaları, oyunlardan ve hareket parçalarından uyarlanmıştır. Bu temel hareketler çocuğu ileriki dönemlerdeki edineceği spor becerilerinin öğrenilmesinde avantajlı duruma getirecektir. Temel motor hareketler dönemi desteklenen bir çocuk için motor becerileri kazanmak daha kolay ve etkili bir biçimde gerçekleşeceği gibi daha karmaşık becerilere de olumlu biçimde aktarabilmesi düşünülmektedir (Kasap, 1999).

Çocuğun sağlıklı gelişmesi için hareket eğitiminin en etkili katkısı sinir-kas koordinasyonunun geliştirilmesi üzerinedir (Çamlıyar, 2001). Beceri zenginliği, koordinasyon kazanmadaki hızı artırır. Koordinasyon, uzun süren teknik alışmalarla ve öğrenmeyle gelişir. Bir sporcunun yeni durumlarla karşılaşması ve değişik ortamlarda çalışması onun hareketsetel (motor)deneyimini artırır ve dolayısıyla koordinasyonunu geliştirir (Muratlı, 2013; Muratlı ve ark., 2005). Çok yönlü hareket eğitiminin çocuklar üzerine bir başka katkısı ise hiç şüphesiz denge gelişimi üzerinedir. Çocukların hareketlerini koordineli yapması belirli bir denge sistemini gerektirmektedir. Denge kısaca, hareket eden vücudun değişen durum ve koşullar karşısında dengesini sağlayabilmesidir (Taşkiran, 2003; Dünder, 1998). Denge becerisi yürüme, koşma, atlama gibi becerilerin kazanılmasında çok önemli bir faktördür. Bu nedenle denge faktörleri

iyi test edilmeli ve gözlenmelidir (İnan, 1998; Güven, 2006). Çocuk gelişimi psikomotor olgunluğa çok çeşitli lokomotor, manipülatif ve denge becerilerini geliştirebildiği ölçüde ulaşır. Bu da ancak değişik hareket kalıplarının hareket ödevleri şeklinde çocuğa düzenli olarak verilip tekrarlanmasıyla mümkün olabilecektir (Çamlıyar, 2001). Çocuğun statik ve dinamik denge becerileri geliştirilerek sportif aktivitelerde başarılı olması sağlanabilmektedir. Çünkü denge çoğu sportif etkinliklerde önemli bir faktör olmaktadır (Timurkaan, 2003).

Çocuklarda çok yönlü hareket eğitimi sadece denge ve koordinasyon üzerinde etkili değildir. Çok yönlü hareket eğitimleri aslında bir bütün olarak tüm gelişim alanlarını etkilemektedir. Çünkü çocukların yaparak yaşayarak öğrendikleri yani süreçte bizzat rol aldıkları önemli çalışmaların başında hareket eğitimi gelmektedir. Hareket aynı zamanda, çocuğun gelişimini etkileyen önemli bir unsurdur. Çocukların hareket gereksinimlerini karşılayacak en uygun etkinlik ise, beden eğitimi etkinlikleridir (Özer ve Özer, 2004). Ancak hareket eğitimi verilirken çocuklar motive edilmeli, cesaretlendirilmeli ve en önemlisi güzel vakit geçirmeleri sağlanmalıdır. Bunun için ise çok yönlü etkinlikler yaptırılmalıdır. Bu etkinliklerden basit kuralları olan oyunlar, şarkılı oyunlar, yaratıcı danslar, keşfedici, araştırmacı aktiviteler, kişisel ve sosyal gelişimi desteklemek için; bireysel aktivitelere ağırlık verilmelidir. Tırmanma vb. aktivitelerde yeteneklerini diğer çocuklarla karşılaştırarak test etme olanağı verilmeli, hareketlerinden övgü ile söz edilmeli, paylaşma, kazanma ve kaybetmenin güzelliği öğretilmeye çalışılmalıdır. Motor yeteneklerin gelişimi için; değişik büyüklükte toplarla yapılan kısa mesafe ve düşük hızda atma, yakalama, ayakla vurma, denge ve çabukluk çalışmaları, ritmik dans aktivitelerine yer verilmelidir (Pangrazi, 2004). Günümüzde uygulanmakta olan okulöncesi programlardaki etkinlik ve oyunların yetersiz ve plansız olması, uygulamalardaki hatalar, yetmişmiş ve donanımlı eğitimcilerin olmaması çocukların motor beceri kazanımlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Okulöncesi programında yer alan programlarda oyunla öğretim ve temel cimmastik eğitimi uygulamaları yer almalıdır.

Çalışmamızda temel motor hareketlerin geliştirilmesine yönelik 16 haftalık temel cimmastik eğitimini program uygulayarak 6 yaş okulöncesi çocuklarda temel motor beceri gelişimini etkileyip etkilemediğinin incelenmesidir. Ayrıca araştırmanın bir diğer amacı düzenli egzersiz yapan ve yapmayan grubun motor performans düzeyleri arasında bir fark olup olmadığını ortaya koymaktır.

## YÖNTEM VE GEREÇ

**Yöntem:** Bu bölümde araştırmanın modeli, evren, örneklem, kullanılan veri toplama yöntemi, veri toplama aracının geliştirilmesi, verilerin toplanması, verilerin çözümlenmesi ve yorumlanmasında kullanılan istatistiksel yöntem ve teknikler açıklanmaktadır.

**Araştırmanın Modeli:** Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden deneysel yöntem ön test-son test kontrol grup deseni kullanılmıştır. Araştırmada Çanakkale il merkezinde tesadüfi örneklem medotu ile seçilen (Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Çocuklar Evi) okulöncesi eğitim kurumunda öğrenim gören 6 yaş grubu çocuklardan deney grubu (n=27), kontrol grubu (n=27) toplam 54 çocuktan oluşmaktadır.

**Evren Örneklem:** Araştırma evrenini, 2014-2015 yılında Çanakkale İlinde okul öncesi programlarında okuyan 6 yaş grubu öğrencileri evreni oluşturmaktadır. Örneklem grubu ise Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Çocuklar Evi ve Kreşi, Okul öncesi programına kayıtlı ve

düzenli olarak okula devam eden 6 yaş grubu çocuklardan deney grubu (n=27), kontrol grubu (n=27) toplam 54 çocuktan oluşmuştur.

**Veri toplama aracı:** Araştırmada deney grubu öğrencilere 16 hafta boyunca temel cimnastik eğitimi uygulanmış program öncesi ve sonrasında ise hem kontrol hem deney grubu öğrencilere test olarak okulöncesi çocukların motor performanslarını ölçmek amacıyla Morris, Atwater, Williams ve Wilmore'un 1980 yılında geliştirdikleri motor performans test protokolünden (Morris ve ark., 1980) uygulanan Türkiye'de de Sevimay (1986) tarafından 3-6 yaşlarında 205 çocuk üzerinde uygulanan test, tek ayak üzerinde dengede durma, çabukluk, yakalama, durarak uzun atlama, fırlatma ve koşu olmak üzere 6 unsurdan oluşmakta olan güvenilirlik ve geçerliliği yapılan testten yararlanıldı.

Verilerin toplanması dört aşamada gerçekleştirilmiştir.

**Ön Çalışma:** Testlerin çocuklar üzerindeki etkisinin farklı zamanlarda benzer şekilde ölçüp ölçmediğini belirlemek amacıyla 5 gün ara ile iki test uygulanmıştır. Ön çalışmada, test araçları yönergesi uygulanarak test araçlarının ölçülme ortamları ayarlanmıştır.

**Ön Testlerin Uygulanması:** Ön çalışma sonuçlarına göre her iki grubun testleri, birbirini izleyecek şekilde düzenlenerek 5 iş gününe dağıtılarak uygulandı.

1.gün " tek ayak üzerinde dengede durma" testleri, 2.gün " çabukluk" testleri, 3.gün "sürat koşusu" testleri, 4.gün "yakalama" testleri, 5.gün "durarak uzun atlama" ve "tenis topu fırlatma" testleri sırasıyla uygulanmıştır.

**Test araçları ve yönergelerin uygulanması:** Araştırmacı tarafından hareketler çocuklara bir kez gösterilmiş, her denemede çocuklara dönüt, düzeltme ve pekiştirmelere yer verilmiştir.

**Temel Cimnastik Eğitimi Programının Uygulanması:** Çalışmamızda; Kontrol grubuna herhangi bir hareket eğitimi programı uygulanmazken, deney grubuna; temel cimnastik eğitiminde motor hareketlerin geliştirilmesine yönelik etkinliklerin bulunduğu temel cimnastik eğitim programı uygulanmış, dersler 60 dakikalık uygulama süresine göre dağıtılmıştır. Deney grubuna temel cimnastik eğitimi, haftada üç gün ve günde 60'şer dakikalık programlar olarak, iki grup halinde, sabah bir gruba öğleden sonrada diğer gruba olmak üzere uygulanmıştır. Temel cimnastik eğitimi programı kapsamında öğrencilere ısınma egzersizleri, barfiks aletinde sallanma, sıçrama ve hayvan yürüyüşleri, öne takla, geriye takla, öne açık bacak takla, yunus takla (ön çalışmalar), amut(ön çalışmalar), çember, kartvil, baş kipesi, elle aşma (überşlag) ve eğitici oyun egzersizleri yaptırılmıştır.

**Verilerin Analizi:** Araştırmada elde edilen bulgular değerlendirilirken, istatistiksel analizler için SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 16,0 programı kullanılmıştır. Çalışma verileri değerlendirilirken niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup durumunda, normal dağılım gösteren parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında bağımsız örnekler (independent samples) t-testi kullanılmıştır. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında ikiden fazla grup durumunda, parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Tek yönlü (One way) Anova testi kullanılmıştır Bu çalışmada hata düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 1.** Kontrol ve Deney Gruplarının Farklı Değişkenlere Göre İstatistik Değerleri

Değişkenler	Grup	N	Ort.	ss	t	p
Boy uzunluğu (cm)	Kontrol	27	109,70	6,21	-2,784	0,006*
	Deney	27	112,96	5,47		
Vücut Ağırlığı (kg)	Kontrol	27	20,19	4,03	-0,988	0,326
	Deney	27	20,92	3,35		

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan Deney ve kontrol gruplarının boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ortalamalarının benzer olduğu ( $p>0,05$ ), deney grubunun kontrol grubuna göre daha yüksek boy ortalamasına sahip olduğu tespit edilmiştir ( $t=-2,784$ ;  $p<0,05$ ).

**Tablo 2:** Deney ve Kontrol Gruplarının Ön-Test İstatistik Değerlerinin Karşılaştırılması

Değişkenler	Grup	N	Ort. $\pm$ ss	t	P
Denge	Deney	27	12,110 $\pm$ 1,20	,43	0,887
	Kontrol	27	12,160 $\pm$ 0,99		
Çabukluk	Deney	27	5,1750 $\pm$ 0,33	,049	0,961
	Kontrol	27	5,1800 $\pm$ 0,31		
Sürat	Deney	27	3,600 $\pm$ 0,68	,473	0,639
	Kontrol	27	3,70 $\pm$ 0,65		
Yakalama	Deney	27	2,950 $\pm$ 0,94	,482	0,632
	Kontrol	27	3,100 $\pm$ 1,02		
Uzun Atlama	Deney	27	80,100 $\pm$ 2,53	,065	0,948
	Kontrol	27	80,150 $\pm$ 2,32		
Top Fırlatma	Deney	27	5,450 $\pm$ 0,51	,967	0,340
	Kontrol	27	5,300 $\pm$ 0,47		

Tablo 2 incelendiğinde araştırmaya katılan araştırmaya katılanların motor gelişim düzeylerinin karşılaştırılmasında, deney ve kontrol grubunun ön test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 3:** Deney ve Kontrol Gruplarının Son-Test İstatistik Değerlerinin Karşılaştırılması

Değişkenler	Grup	N	Ort. $\pm$ ss	t	P
Denge	Deney	27	13,05 $\pm$ 1,36	2,153	0,038*
	Kontrol	27	12,23 $\pm$ 1,01		
Çabukluk	Deney	27	4,96 $\pm$ 0,29	2,063	0,046*
	Kontrol	27	5,16 $\pm$ 0,30		
Sürat	Deney	27	3,30 $\pm$ 0,47	2,418	0,021*
	Kontrol	27	3,70 $\pm$ 0,57		
Yakalama	Deney	27	3,80 $\pm$ 0,95	2,121	0,040*
	Kontrol	27	3,20 $\pm$ 0,83		
Uzun Atlama	Deney	27	81,80 $\pm$ 2,94	2,043	0,048*
	Kontrol	27	80,10 $\pm$ 2,26		

\* ( $p<0,05$ ), \*\* ( $p<0,01$ )

Değişkenler	Grup	N	Ort. ± ss	t	P
Top Fırlatma	Deney	27	5,90±0,44	3,785	0,001**
	Kontrol	27	5,20±0,69		

\* (p<0,05), \*\* (p<0,01)

Tablo 3 incelendiğinde araştırmaya katılanların motor gelişim düzeylerinin karşılaştırılmasında, deney ve kontrol grubunun son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Elde edilen bu veriye göre uygulanan hareket eğitimi programı deney ve kontrol grubunun son test değerlerinin arasında anlamlı bir farklılık oluşmasına neden olmuştur.

**Tablo 4:** Kontrol Grubu Ön-Test ve Son-Test İstatistik Değerlerinin Karşılaştırılması

Değişkenler	Test	N	Ort. ± ss	t	p
Denge	Ön Test	27	12,16±0,99	1,028	0,317
	Son Test	27	12,23±1,01		
Çabukluk	Ön Test	27	5,18±0,31	1,453	0,163
	Son Test	27	5,16±0,30		
Sürat	Ön Test	27	3,65±0,67	,370	0,716
	Son Test	27	3,70±0,57		
Yakalama	Ön Test	27	3,10±1,02	,809	0,428
	Son Test	27	3,20±0,83		
Uzun Atlama	Ön Test	27	80,15±2,32	,271	0,789
	Son Test	27	80,10±2,26		
Top Fırlatma	Ön Test	27	5,30±0,47	,567	0,577
	Son Test	27	5,20±0,69		

Tablo 4 incelendiğinde araştırmaya katılan kontrol grubunun motor gelişim düzeylerinin karşılaştırılmasında, kontrol grubu ön test – son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05).

**Tablo 5:** Deney Grubu Ön-Test Ve Son-Test İstatistik Değerlerinin Karşılaştırılması

Değişkenler	Test	N	x±sd	t	p
Denge	Ön Test	27	12,11±1,20	3,1708	,005**
	Son Test	27	13,05±1,36		
Çabukluk	Ön Test	27	5,17±0,33	3,238	0,004**
	Son Test	27	4,96±0,29		
Sürat	Ön Test	27	,6806	2,349	,030*
	Son Test	27	,4702		
Yakalama	Ön Test	27	2,95±0,94	3,655	0,002**
	Son Test	27	3,80±0,95		
Uzun Atlama	Ön Test	27	80,10±2,53	4,344	0,000***
	Son Test	27	81,80±2,94		

\* (p<0,05)



Değişkenler	Test	N	x±sd	t	p
Top Fırlatma	Ön Test	27	5,45±0,51	2,651	0,016*
	Son Test	27	5,90±0,44		

\* (p<0,05)

Tablo 5 incelendiğinde araştırmaya katılan deney grubunun motor gelişim düzeylerinin karşılaştırılmasında, deney grubunun ön test - son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Elde edilen veriler hareket eğitim programının deney grubu motor gelişimini olumlu yönde etkilediğini göstermiştir.

## TARTIŞMA

Temel cimnastik eğitiminin çocuklarda motor gelişim üzerine etkisinin incelendiği çalışmaya 27 öğrenci deney grubu olarak 27 öğrenci ise kontrol grubu olarak toplamda 54 öğrenci katıldı. Okul öncesi çağı çocuklarının en belirgin özelliklerinden biri hareketli olmalarıdır. Çocukların hareket ihtiyacını karşılayacak en uygun etkinliklerden biri de hareket eğitimi çalışmalarıdır. Bu çalışmalar çocuğun kas koordinasyonunun, dayanıklılığının, kuvvet ve esnekliğinin geliştirilmesinde büyük önem taşır (Özer ve Özer, 2004). Genel olarak fiziksel aktivitenin, hareket eğitiminin ve beden eğitimi ve motor performans, solunum, dolaşım, iskelet, kas sistemi ve organizmaya ait diğer fizyolojik özellikler üzerine olumlu etkilerinin olduğu bilinmektedir (Altınkök, 2006; Dadkhah, 2004; Dursun, 2005). Araştırmamızın amacı 16 hafta süre ile uygulanan temel cimnastik eğitimi programının 6 yaş grubu çocuklarda motor gelişim üzerine etkisini incelemektir. Elde ettiğimiz sonuçlara göre Tablo 2. incelendiğinde deney ve kontrol grubunun ön testleri (başlangıç değeri) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır (p>0,05).

Hareket eğitimi öncesi çocukların motor gelişim performanslarının aynı olduğu görülmektedir. Çocukların aynı aktiviteleri yapması aynı okula devam etmesi bu verinin elde edilmesini sağlamıştır. Buna karşın Tablo 3. incelendiğinde ise kontrol ve deney grubunun son test değerleri arasında deney grubu lehine anlamlı ve olumlu yönde istatistiksel bir fark bulunmuştur (p<0,05). Bu veri bize hareket eğitiminin 6 yaş grubu çocukların motor gelişimini olumlu yönde etkilediğini göstermiştir. Son yapılan araştırmalar göstermiştir ki; eğer çocuklar motor yetenekleri öğrenmeye teşvik edilirse, motor yetenekleri yaşlarına göre umulandan daha hızlı bir gelişme evresi geçirir. Motor gelişime müdahale etmek, motor gelişimi sadece hızlandırmakla kalmaz aynı zamanda olası gecikmeleri önler ve uygun değer yetenek gelişimini sağlar (Ersöz, 2012). Tablo 4. incelendiğinde ise kontrol grubunun ön test – son test değerleri arasında istatistiksel bir fark bulunamamıştır (p>0,05).

Çocuklara bu süre zarfında herhangi bir ekstra etkinlik yaptırılmaması bu sonuca ulaşmamızı sağlamıştır. Buna karşın Tablo 5. incelendiğinde deney grubunun ön test – son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu yönde bir fark bulunmuştur (p<0,05). Deney grubuna uygulanan hareket eğitimi programının motor gelişimi olumlu yönde etkilediği görülmektedir. Birçok araştırmada, çevresel faktör olarak fiziksel aktivite ve egzersiz programlarının çocukların büyüme ve gelişmesine pozitif yönde etki ettiği görülmüştür (Günay ve Cicioğlu, 2001). Karagöz (2009), uyguladığı program neticesinde, deney ve kontrol grubunun

koşu, durarak uzun atlama, sekme ve yakalama testlerinde deney grubu lehine anlamlı sonuçlar elde etmiştir. Bu veriler çalışmamız ile aynı doğrultudadır. Dursun (2003), çalışmasında, temel becerilere yönelik beden eğitimi programının okulöncesi 6 yaş çocukların motor beceri üzerine etkisi incelediği çalışmasında deney grubu ön test son test denge değerleri arasında koşma, yakalama, durarak uzun atlama ve tenis topu fırlatma testlerinin hepsinde anlamlı farklılıklar bulmuştur. Ulutaş (2011), 6 yaş grubu çocuklar ile yaptığı çalışmasında, denge, sekme, koşma, sıçrama, testlerinde deney grubunun ön test – son test verileri arasında anlamlı farklılıklar bulmuştur. Kerkez (2006), 5-6 yaş grubu çocuklar ile yaptığı çalışmasında, uyguladığı oyun ve egzersiz programından koşu, sıçrama, durarak uzun atlama, yakalama, tenis topu fırlatma testlerinde deney grubu lehine anlamlı farklılıklar bulmuştur. Şen (2004), çalışmasında, koşu ve durarak uzun atlama testlerinin ön test – son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulmuştur. Ballı (2006), 5-6 yaş grubu çocuklar ile yaptığı çalışmasında, denge, durarak uzun atlama, yakalama ve tenis topu fırlatma testlerinin ön test - son test değerleri arasında anlamlı bir farklılık bulmuştur. Özdenk (2007), çalışmasında, denge, koşma, sıçrama, tenis topu fırlatma, yakalama ve sekme testlerinde deney grubu ön test son test değerleri arasında anlamlı farklılıklar bulmuştur. Okul öncesi çocuklarda hareket eğitimi, fiziksel aktivite ve sporun amacı kalp-damar dayanıklılığı, sinir-kas koordinasyonu, kas kuvvetini, esnekliği, motor performansı geliştirme olmalıdır.

Hareket eğitimi, çocukların kaslarını, kalp kan dolaşımını, solunum sistemini ve motor gelişimlerini olumlu yönde etkilemektedir (Sevimay, 1986). Hareket eğitimi programının; okulöncesi 4–6 yaş çocukların sıçrama ve dinamik denge performanslarını pozitif yönde etkilediği (Evrیدی ve ark., 2004), el-göz koordinasyonunun gelişmesinde olumlu katkıda bulunduğu (Kayapınar ve Pehlivan, 2002), büyük ve küçük motor gelişime olumlu katkılarının olduğu (Wang, 2004) bilinmektedir. İçerisinde hareket içeren dans gibi aktivitelerin de düzenli uygulandığı zaman okulöncesi çağı çocuklarının motor beceri gelişimlerini olumlu yönde etkilemektedir (Venetsanou, 2004). Ayrıca büyük yaş grubu (7–12) çocuklarda da hareket eğitiminin motor performans düzeylerine olumlu etkiler yaptığı araştırmalar ile ortaya çıkmıştır (Tansel, 2006).

## SONUÇ

Araştırmaya katılan Deney ve kontrol gruplarının boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ortalamalarının benzer olduğu ( $p>0,05$ ), deney grubunun kontrol grubuna göre daha yüksek boy ortalamasına sahip olduğu tespit edilmiştir ( $t=-2,784$ ;  $p<0,05$ ). Araştırmaya katılan araştırmaya katılanların motor gelişim düzeylerinin karşılaştırılmasında, deney ve kontrol grubunun ön test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ). Araştırmaya katılanların motor gelişim düzeylerinin karşılaştırılmasında, deney ve kontrol grubunun son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Elde edilen bu veriye göre uygulanan hareket eğitimi programı deney ve kontrol grubunun son test değerlerinin arasında anlamlı bir farklılık oluşmasına neden olmuştur. Araştırmaya Katılan kontrol grubunun motor gelişim düzeylerinin karşılaştırılmasında, kontrol grubu ön test – son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ). Araştırmaya katılan deney grubunun motor gelişim düzeylerinin karşılaştırılmasında, deney grubunun ön test - son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu



tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Elde edilen veriler hareket eğitim programının deney grubu motor gelişimini olumlu yönde etkilediğini göstermiştir.

Sonuç olarak; Araştırma sonuçlarına göre, Okul öncesi 6 yaş grubu çocuklarda 16 haftalık temel temel cimnastik eğitimi programının öğrencilerin motor gelişim düzeylerinde olumlu yönde etkisinin artması için uzun süreli uygulama sağlanmalıdır. Araştırmaya katılan

Öneriler: Proje aşamasında ortaya konulan hedeflere büyük ölçüde ulaşıldığı ve mevcut hareket eğitimi programları yapılan araştırmalara göre gözden geçirilmeli ve fiziksel aktivite paylaşımları ile içerik zenginleştirilerek temel cimnastik eğitimi müfredata alınmalıdır. Hareket eğitimi programı okul öncesi çocuklara uygulanır iken çocuk gelişimi ve uzmanı kişilerin de görüşlerine başvurulmalıdır. Hareket eğitim programları başlamadan önce her çocuğun bireysel farklılıkları göz önünde bulundurularak ve bu farklılıklar programa yansıtılmalıdır.

## KAYNAKLAR

- Altınkök, T. (2006). Temel Motor Hareketlerin Geliştirilmesini İçeren Özel Beden Eğitimi Program Tasarısının 5-6 Yaş Çocukların Temel Motor Hareketlerin Gelişimine Etkisinin Araştırılması. *Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*. İstanbul.
- Ballı, Ö. M. (2006). Bruninks-Oseretsky Motor Yeterlik Testinin Geçerlik Güvenirlik Çalışması ve Beş-Altı Yaş Grubu Çocuklara Uygulanan Jimnastik Eğitim Programının Motor Gelişime Etkisinin İncelenmesi. *Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.
- Çamlıyar, H. (2001). *Eğitim Bütünlüğü İçinde Çocuk Hareket Eğitimi ve Oyun*. Manisa: Emek Matbaacılık.
- Dadhah, M. A. (2004). The Impact of Educational Play on Fine Motor Skills of Children. *Middle East Journal of Family Medicine*, 6 (6).
- Dursun, Z. (2004). Temel Becerileri İçeren Özel Beden Eğitimi Program Tasarısının Okulöncesi 6 Yaş Çocukların Motor Beceri Erişileri Üzerine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.
- Ersöz, Y. (2012). Çoklu Beceri Spor Eğitim Programının 7-10 Yaş Grubu Erkek Çocuklarda Motor Gelişime Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, İzmir.
- Evridiki, Z. Aggeliki, T. Vassiliki, D. (2004). The Effects of a Developmentally Appropriate Music and Movement Program On Motor Performance. *Early Childhood Research Quarterly*, 19(4), 631–642.
- Güven, G. (2006). Kütahya'daki Okul Öncesi Eğitim Kurumlarında Uygulanan Oyun ve Spor Programlarının İncelenipDeğerlendirilmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Kütahya.
- Hassandra, M. Goudas, M. Chroni, S. (2003). Examining Factors Associated With Intrinsic Motivation in Physical Education, Qualitative Approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 11–223.
- İkizler, H. C. (2002). *Spor, Sağlık ve Motivasyon*. İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım.
- İnan, M. (1998). *3–9 Yaş Çocukları İçin Uygulamalı Hareket Eğitimi Öğretmen El Kitabı*. İstanbul: Özal Matbaacılık.
- İnan, Z.İ. (2011). Özel Okul Öncesi Eğitim Kurumları Yönetici ve Öğretmenlerinin Oyun Seçimi Hakkındaki Görüşleri. *Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*, İstanbul.
- Kasap, H. (1999). *Spor Becerilerinin Öğrenme ve Performansında Transfer Etkisi*. İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Karagöz, H. (2009). Sporun İlköğretimde Okuyan Sekiz Yaş Grubu Çocuklarının Temel Motor Özellikleri Üzerine Etkisinin Araştırılması. *Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Kütahya.
- Kayapınar, F. Ç. ve Pehlivan, A. (2002). 6-7 Yaş Grubu Çocuklarda Hareket Eğitimi Programının Çift El-Göz Koordinasyonu ve Reaksiyon Sürelerine Etkisi. *7. Uluslar Arası Spor Bilimleri Kongresi*, Antalya.
- Kerkez, F. (2006). Oyun Ve Egzersizin Yuva Ve Anaokuluna Giden 5-6 Yaş Grubu Çocuklarda Fiziksel Ve Motor Gelişime Etkisinin Araştırılması. *Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Trabzon.
- Morris, M. A. Atwater, E. A. Williams, J. M. Wilmore, H. J. (1980). *Motor Performance and Antropometric Screening Measurements for Preschool Age Children*. Motor Development: Theory into Practice, Managroph 3 Motor Skills.
- Özbar, N. Kayapınar, F.Ç, Pınar, S. Karakaş, Ş. (2004). The Characteristics of Physical and Antropometric Development of Kindergarden Children. A Year Pilot Study, The 10th ICHPER-SD Europe Congress and The TSSA 8th International Sports Science Congress, November, p17-20.
- Özden, Ç. (2007). 6 Yaş Grubu Öğrencilerinin Psikomotor Gelişimlerinin Sağlanmasında Oyun Yeri ve Önemi. *Yüksek Lisans Tezi, Elazığ Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Elazığ.
- Özer, D. S. ve Özer, M. K. (2004). *Çocuklarda Motor Gelişim*, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Pangrazi, R. P. (2004). *Dynamic Physical Education For Elementary School Children*. Fourteenth Edition, Pearson Benjamin Cummings.
- Sema, C. (2007). 10 -12 Yaş Grubundaki Erkek Tenisçiler Masa Tenisçiler Aynı Yaş Grubu Sedarterlerin Reaksiyon Zamanlarının

- Karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi, Ankara, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Şen, M. (2004 ). Anaokuluna Devam Eden Altı Yaş Çocukların Motor Gelişimlerine Beden Eğitimi Çalışmalarının Etkisinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Tansel, F. B. (2006). 5 Haftalık Nordic Hamstring Kuvvet Antrenmanının 10–12 Yas Arası Erkek Basketbolculara Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Timurkaan, S. (2003). Farklı Fiziki Özelliklere Sahip Yerleşim Bölgelerinde Yaşayan 6 Yaş Grubu Çocuklarının Psikomotor Gelişimlerinin Karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.*
- Venetsanou, F. ve Kambaş, A. (2004). How Can A Traditional Grek Dances Programme Affect The Motor Proficiency of Pre-School Children? *Research in Dance Education, 5(2), 127 – 138.*
- Wang, J.T. (2004). A Study on Gross Motor Skills of Preschool Children. *Journal of Research in Childhood Education, 19(1), 32.*
- Ulutaş, A. (2011). Okul Öncesi Dönemde Belli Başlı Oyunların Çocukların Psikomotor Gelişimine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.*
- Yavuzer, H. (1999). Çocuk Psikolojisi. (19. Baskı), İstanbul: Remzi Kitabevi.