

# EĞİTİLEBİLİR ZİHİNSEL ENGELLİ ÇOCUKLARDA EĞLENCELİ ATLETİZM ANTRENMAN PROGRAMININ PSİKOMOTOR ÖZELLİKLERE ETKİSİ

Betül BAYAZIT<sup>1</sup> Bergün MERİÇ<sup>2</sup> Menşure AYDIN<sup>2</sup> Ertay SEYREK<sup>1</sup>

Geliş Tarihi: 28.02.2007  
Kabul Tarihi: 02.11.2007

## ÖZET

Araştırmamızda, eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda kaynaştırma eğitimi yöntemiyle uygulanan eğlenceli atletizm antrenman programının psikomotor özelliklere etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya, yaşları 11-14 arasında olan 36 eğitilebilir zihinsel engelli ile 8 normal eğitim alan öğrenci olmak üzere toplam 44 erkek öğrenci katılmıştır. Antrenmanlar, haftada 3 gün, günde 90 dakika olmak üzere toplam 8 hafta süresince devam etmiştir. 8 haftalık antrenman programı öncesinde ve sonrasında, araştırma grubuna "Eğlenceli Atletizm Beceri Testi" ve "Motor Davranış Değişikliğine Yönelik Gözlem Formu" uygulanmıştır.

İstatistiksel değerlendirmeler SPSS 13.0 paket programında yapılmıştır. Eğlenceli atletizm antrenmanı sonrasında hem partnerli ( $p<0,01$ ), hem partnersiz grup istatistiksel anlamda gelişme gösterirken ( $p<0,05$ ), kontrol grubunda gelişme olmamıştır ( $p>0,05$ ). Motor beceri davranış değişikliği, partnerle çalışan kaynaştırma grubunda daha fazla artış göstermiştir ( $p<0,05$ ).

**Anahtar Kelimeler:** Zihinsel Engelli, Psikomotor Gelişim.

## THE EFFECT OF THE PSYCHOMOTOR FEATURES OF THE ENTERTAINING FUN ATHLETICS TRAINING PROGRAMME ON MENTALLY RETARDED CHILDREN WHO CAN BE TRAINED

## ABSTRACT

In our research,, it has been aimed to study the effect of the psychomotor features of the entertaining fun athletics training programme on mentally retarded children who can be trained. The research has been made on 36 mentally retarded students between 11-14 ages that can be trained and 8 normally trained students, totally 44 male students. The trainings lasted 8 weeks, three days a week and 90 minutes each day. During the 8 week trainings before and after the trainings the students were given "Entertaining Athletics Skill Testing" and "Observation Form On Motor Behaviour Variation".

The statistical datas by using SPSS 13.0 package programme. After the entertaining athletics training the group has made a progress statistically ( $p<0,01$ ) both with and without a partner, the control group has not made any progress ( $p<0,05$ ). Motor skill behaviour variation has been spotted more with the gathered group that works with a partner ( $p<0,05$ ).

**Key Words:** Mentally Retarded, Psychomotor Development.

## GİRİŞ

Zihinsel engellilerin fiziksel etkinliklere katılmasının yararları felsefi açıdan değerlendirildiğinde, bu etkinliklerin özellikle duyuşsal ve psiko-motor yönden engellilerin gelişimlerine önemli katkı sağladığı vurgulanmaktadır (1).

Eğitilebilir zihinsel engellilerde psiko-motor özellikleri arttırmak için iyi planlanmış ve organize edilmiş serbest zaman programı içerisinde yer alan etkinlikler düzenlenebilmektedir. Bu etkinlikler yoluyla da çocuklara; çevreye uyumlarını kolaylaştıran, fiziksel, sosyal, duygusal ve özgüven gelişimine katkı sağlayan beceriler kazandırılabilir.

Araştırmamızda; kaynaştırma eğitiminin aynı yaş grubundaki çocukların gelişimi üzerinde daha olumlu olduğu düşünüldüğünden; eğitilebilir zihinsel engelli çocuklar ile aynı yaş grubu içerisinde yer alan normal bireyleri, rekreatif etkinlikler içerisinde yer alan eğlenceli atletizm antrenman programı ile kaynaştırarak çocukların psiko-motor gelişim özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

<sup>1</sup> Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

<sup>2</sup> Kocaeli Üniversitesi Karamürsel Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

**MATERYAL ve YÖNTEM**

Araştırma grubunu; Kocaeli İli'nde, çalışmanın kurumunda yapılmasını kabul eden ve rehabilitasyon merkezlerine düzenli olarak devam eden, IQ düzeyleri 45-75 arasında olan ve yaşları 11-14 yaş arasında değişen 150 erkek çocuktan tesadüfi yolla seçilen 36 eğitilebilir zihinsel engelli ile rehabilitasyon merkezine yakın olan okullar içerisinde çalışmaya onay veren okuldan tesadüfi olarak seçilen yaş özelliği açısından benzer olan sağlıklı ve normal IQ düzeyine sahip 8 öğrenci (partner) olmak üzere toplam 44 erkek öğrenci oluşturmuştur (Tablo 1).

Araştırmada, eğitilebilir zihinsel engelli öğrencilerin motor özelliklerini daha iyi geliştirebilmelerini sağlamak için normal öğrencilerle birlikte kaynaştırma eğitimi içerisinde hareket etmeleri düşünüldüğünden partnerli grupta partnerler kullanılmıştır.

Araştırma grubuna haftada 3 gün, günde 90 dakika olmak üzere toplam 8 haftalık motorik özellikleri geliştirmeye yönelik antrenman programı uygulanmıştır. Antrenman programı öncesinde ve sonrasında tüm gruplara "Eğlenceli Atletizm Beceri Testi" ile partnerli ve partnersiz gruba "Motor Davranış Değişikliğine Yönelik Gözlem Formu" (2), uygulanmıştır (takla atmak, topu alıp yerine koymak, kuleden dönmek, engel geçmek, dairelerde tek tek sıçramak, çift ayakla sıçramak ve slalomlar arası geçiş).

Elde edilen verilere SPSS 13.0 paket programında tanımlayıcı istatistiksel işlemler (ortalama, standart sapma) uygulandıktan sonra gruplar arasındaki farklar Kruskal Wallis Testi ile değerlendirilmiştir. Kruskal Wallis testinden sonra farkların hangi gruplardan kaynaklandığını tespit etmek için Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Grupların kendi içerisinde gelişim düzeylerini belirlemede ise Wilcoxon Testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi olarak 0.05 alınmıştır.

**BULGULAR****Tablo - 1. Grupların Değişken Özellikleri ve Wilcoxon Test Sonuçları**

Gruplar	n	Yaş	Boy	Ağırlık	Ön Test	Son Test	Wilcoxon
Partnerli	20	11,8 ±1,02	138,4 ± 3,34	31,8 ± 3,8	18,9 ± 7,14	14,1 ± 5,63	0,002**
Partner	8	11,9 ±1,12	136,6 ± 3,99	29,9 ± 3,5	14,1 ± 1,2	10,5 ± 0,92	0,012*
Partnersiz	12	12,1 ± 1,7	138,7 ± 2,6	31,5 ± 3,03	23,2 ± 10,1	16,5 ± 4,5	0,002**
Kontrol Grubu	12	12,2 ± 1,12	139,7 ± 2,5	32,2 ± 2,23	24,5 ± 3,6	24,6 ± 3,8	0,50

\*p< 0.05, \*\*p<0.01

**Tablo - 2. Grupların Eğlenceli Atletizm Beceri Testini Bitirme Sürelerinin Mann Whitney U Sonuçları**

Gruplar	n	Ön Test	p Değeri	Son Test	p Değeri
Partnerli	20	18,9 ± 7,14	0,018*	14,1 ± 5,63	0,001**
Kontrol	12	24,5 ± 3,6		24,6 ± 3,8	
Partner	8	14,1 ± 1,2	0,001**	10,5 ± 0,92	0,001**
Partnersiz	12	3,2 ± 10,1		16,5 ± 4,5	
Partner	8	14,1 ± 1,2	0,001**	10,5 ± 0,92	0,001**
Kontrol Grubu	12	24,5 ± 3,6		24,6 ± 3,8	
Partnersiz	12	23,2 ± 10,1	0,068	16,5 ± 4,5	0,001**
Kontrol Grubu	12	24,5 ± 3,6		24,6 ± 3,8	

\*p< 0.05, \*\*p<0.01

**Tablo - 3. Grupların Motor Davranışlarının Wilcoxon Sonuçları**

Gruplar	n	Düz Takla	Top Al Bırak	Kuleden Dönüş	Engel Geçme	Dairelerde Tek Tek Sıçrama	Çift Ayak Sıçrama	Slomlar Arası Geçiş
Partnerli	20	0,002**	0,002**	0,003**	0,001**	0,002**	0,002**	0,002**
Partnersiz	12	0,001**	0,011*	0,008**	0,004**	0,002**	0,002**	0,014*
Kontrol Grubu	12	0,008**	0,317	0,157	0,026*	0,317	0,157	0,157

\*p< 0.05, \*\*p<0.01

Tablo- 4. Grupların Motor Davranışların Mann Whitney U Sonuçları

Gruplar	n	Düz Takla	Top Al Bırak	Kuleden Dönüş	Engel Geçme	Dairelerde Tek Tek Sıçrama	Çift Ayak Sıçrama	Slalomlar Arası Geçiş
Partnerli	20	0,055	0,215	0,002**	0,021*	0,012*	0,314	0,002**
Partnersiz	12							
Partnerli	20	0,004**	0,001**	0,001**	0,005**	0,001**	0,001**	0,001**
Kontrol Grubu	12							
Partnerli	12	0,188	0,001**	0,001**	0,247	0,006**	0,0001**	0,001**
Kontrol Grubu	12							

\* p<0.05, \*\*p<0.01,

## TARTIŞMA

Kaynaştırma eğitimi, eğitilebilir zihinsel engellilerin normal yaşlıları ile benzer ortamlarda bir arada olmasının sağlanmasıdır. Kaynaştırma eğitiminin amacı; özellikle sosyal beceri geliştirme, sorumluluk ve özgüven kazandırma, grup aktivitelerine katılma, motor davranışlarında artış sağlama ve benzeri konularda eğitilebilir zihinsel engellilerin gelişimine katkıda bulunmaktır.

Heward (3) yaptığı bir çalışmada, engelli bireylerin boş zaman etkinliklerini yerine getirebilmelerinde akran olanaklarına sahip olamadıkları için gerçekleştiremedikleri sonucuna varmıştır. Bizim bu çalışmamızda ise destek aldığımız öğrenci partnerlerin tespit edilmesinde ve yönlendirilmesinde gönüllülüğü ve okulun rehabilitasyon merkezine yakınlığını esas aldığımızdan, kaynaştırma eğitiminin önemini kavrayan ve engellileri topluma kazandırma konusunda destek veren kurumun ve ailelerin olmasından dolayı bu konuda sorun yaşanmamıştır.

Düzenli, planlı ve amacına uygun olarak uygulanan antrenmanlar sonrasında zihinsel engelli çocukların motor becerilerinde artış olduğu gözlenmiştir (4).

Downs ve Wood (5), uluslararası özel olimpiyatlar voleybol şampiyonasında seçilen 102 erkek 29 bayan olmak üzere toplam 130 voleybol sporcusuna altı hafta boyunca uyguladıkları voleybol antrenman programının sonrasında adı geçen araştırma grubunun motor becerilerinde artış bulmuşlardır.

Brundige ve arkadaşları (6), normal kişilerle zihinsel engelli bireylere üç hafta boyunca motor becerilerin gelişimi üzerine uyguladıkları özel olimpiyatlar antrenman programının sonrasında yapılan son testte anlamlı farklılıklar bulmuşlardır.

Block ve arkadaşları (7), 7-14 yaş arasında 13 erkek 13 kızdan oluşan zihinsel engelli bireylere ve aynı yaş grubundan olan 15 kız 10 erkekten oluşan toplam 25 partnere özel olimpiyatlar fiziksel aktivite programını 12 hafta süresince uygulamışlardır. Çalışma sonunda engelli ve partnerlere yapılan gözlem formu sonucunda; benlik, arkadaşlar arası iletişim ve kendi kendilerini ifade etmede anlamlı gelişme gösterdikleri, ayrıca bütün araştırma grubu üyelerinin çalışma öncesi alınan motor değerlerine göre çalışma sonrasında artış olduğu bulunmuştur.

Baran (8), futbol becerileri, sosyal yeterlilik ve sorunlu davranışları yönünden eğitilebilir zihinsel engelli bireyler ve partnerler üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla 12-15 yaşları arasında olan 25 engelli ve 25 partner olmak üzere toplam 50 çocuk üzerinde yaptığı çalışmada, futbol eğitiminin bazı sorunlu davranışların azalmasında ve sosyal yeterlilik davranışlarının gelişmesinde, hem engelli hem de partnerlerin futbol becerilerinin artmasında olumlu etkileri olduğunu belirlemiştir.

Araştırmamızda, 8 haftalık motor becerileri geliştirmeye yönelik uygulanan antrenman programının sonrasında partner, partnerli ve partnersiz grupta tüm değerlerde artış sağlanmıştır (p<0,05). Bunun nedeni, partnerli ve partnersiz grupta düzenli, amacına uygun olarak planlanan-uygulanan antrenman programının yapılmasına, kontrol grubunda ise antrenman yapılmamasına bağlamak mümkün olabilir.

Çalışmamızda partnersiz ve partnerli grubun motor davranışlarında antrenman sonrasında artış olmuştur. Fakat partnerli gruptaki artış daha fazladır (p<0,05). Bunu; partnerli grubun akranlarını izlemesi ve hareketi kavrayıp değerlendirdikten sonra uygulamaya aktarmasına bağlamak mümkün olabilir. Aynı süreyi ve benzer özellikleri içeren Castagno (9), 24 zihinsel engelli 34 partner olmak üzere toplam 58 birey üzerinde yaptığı basketbol becerilerini geliştirme çalışması sonrasında her iki grubun puanlarında artış olduğunu bulmuştur.

Ayrıca, partnersiz grubun son-test sonuçları partnerli gruptan yüksek bulunmuştur. Partnerli grubun partnerlerini örnek almaları motor davranışlarının daha fazla geliştiğine, testte de hareketleri doğru yapmaya odaklanmalarından dolayı test süresinin partnersiz grupta daha iyi olmasına neden olduğu düşünülmektedir.

## SONUÇ

Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda temel hareket becerilerindeki yetersizliklerin çabuk atlatılması için mümkün olduğu kadar partnerli gruplarla kaynaştırma programı yapılması gereklidir. Bunun aynı zamanda normal zekâ seviyesindeki bireylerin engelli arkadaşlarını tanıma ve yaşamı paylaşma konusunda farkındalık yaratacağını, ayrıca genel ve özel eğitim veren kurumlarda müfredat programlarını destekleyip yeni bir boyut kazandıracağını düşünmekteyiz.

## KAYNAKLAR

1. **Özer, D.S.**, Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor, Nobel Yayınları, İstanbul, 2005
2. **Tekin, H.**, Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme. 5. Baskı. Meso Yayınevi, Ankara, 1987
3. **Heward, W.**, Exceptional Children, An Introduction to Special Education. New Jersey: Prentice Hall, USA, 1996
4. [www.zihinselengelliler.com](http://www.zihinselengelliler.com), erişim tarihi: 20 Nisan 2005
5. **Downs, S.B., Wood, T.M.**, "Validating A Special Olympics Volleyball Skills Assessment Test", Adapted Physical Activity Quarterly, 13(2), 166-179, 1996
6. **Brundige, T.L., Hautala, R.M., Squires, S.**, The Special Olympics Developmental Sports Program For Persons With Severe and Profound Disabilities: An Assessment Of Its Effectiveness, Education and Training in Mental Retardation, 376- 380, 1990
7. **Block, M.E., Conaster, P., Montgomery, R., Flynn, L., Munson, D., Dease, R.**, "Effects Of Middle School-Aged Partners On The Motor and Affective Behaviors Of Students With Severe Disabilities", Palaestra, 17(4), 34 – 40, 2001
8. **Baran, F.**, "Özel Olimpiyatlarda Kaynaştırılmış Futbol Takımındaki Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Davranış Değişimlerinin İncelenmesi", Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Antalya, 2005
9. **Castagno, K.S.**, "Special Olympics Unified Sports: Changes In Male Athletes During A Basketball Season", Adapted Physical Activity Quarterly, 18, 193-206, 2001