



ISSN 1300-2805

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR YÜKSEKOKULU
Cilt: IV Sayı: 3 Temmuz 1999

GAZİ

BEDEN EĞİTİMİ ve

SPOR BİLİMLERİ

DERGİSİ

GAZİ JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCES

Volume: IV

Issue: 3

July 1999

**GAZİ BEDEN EĞİTİMİ
VE SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ**



**GAZİ JOURNAL OF
PHYSICAL EDUCATION
AND SPORTS SCIENCES**

Sahibi Owner

Prof. Dr. Enver HASANOĞLU
Gazi Üniversitesi Rektörü

Genel Yayın Yönetmeni Editör-in-Chief

Prof. Dr. Hüsnü CAN
Beden Eğitimi ve Spor Y.O. Müdürü

Yazı İşleri Sorumlusu Editör

Doç.Dr. İbrahim YILDIRAN

Yayın Kurulu Editorial Board

Prof. Dr. Kemal TAMER	Doç. Dr. Suat KARAKÜÇÜK
Doç. Dr. A. Faik İMAMOĞLU	Doç. Dr. Özbay GÜVEN
Doç. Dr. Yaşar SEVİM	Doç. Dr. Mehmet GÜNAY
Doç. Dr. A.Azmi YETİM	Doç. Dr. Güner EKENCİ
Doç. Dr. İbrahim YILDIRAN	Doç.Dr. Ömer ŞENEL

Bu Sayının Hakemleri Scientific Advisers of this Issue

Prof. Dr. Gül Tiryaki SÖNMEZ (Bolu, t. Baysal Ü.)	Doç. Dr. Gülfem ERSÖZ (Ankara Ü.)
Prof. Dr. Hasan KASAP (Marmara Ü.)	Doç. Dr. Yaşar SEVİM (Gazi Ü.)
Prof. Dr. Fehmi TUNCEL (Ankara Ü.)	Doç. Dr. Azmi YETİM (Gazi Ü.)
Doç. Dr. A. Faik İMAMOĞLU (Gazi Ü.)	Yrd. Doç.Dr. Hakan SUNAY (Ankara Ü.)
Doç. Dr. İbrahim YILDIRAN (Gazi Ü.)	Doç. Dr. Mehmet GÜNAY (Gazi Ü.)
Doç. Dr. Erdal ZORBA (Muğla Ü.)	Doç. Dr. Ömer ŞENEL (Gazi Ü.)

Yayın ve Dağıtım Koordinatörlüğü Coordinators

Dr. Fatih YENEL
Arş. Gör. Murat ÖZMADEN

Yazışma Adresi Correspondence Address

Gazi Üniversitesi
Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu 06500 Teknikokullar/ANKARA
Tel. (0.312) 222 50 57 • Faks: (0.312) 212 22 74

Baskı Print

Kıralı Matbaası
Tel-.(0.312)418 28 14-425 42 07

Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi yılda dört kez yayınlanır.
G.J.P.E.S.S. is published quarterly
ISSN 1300-2805

**GAZİ BEDEN EĞİTİMİ
VE SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ**



Cilt
Sayı
Temmuz

**IV
3
1999**

**GAZİ JOURNAL OF
PHYSICAL EDUCATION
AND SPORTS SCIENCES**

Volume
Issue
July

İÇİNDEKİLER

**BEDEN EĞİTİMİ VE
SPOR ÖĞRETİMİ**

Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocukların Motor
Yeterliliklerinin Normal Gelişim Gösteren
Yaşlıları ile Karşılaştırılarak İncelenmesi

3-14

Dilara ÖZER
Neriman ARAL
Kamil ÖZER
Alpay GÜVENÇ
Nurdan TATAR
Ethem HİNDİSTAN

İlköğretim İkinci Devre Çocuklarında Beden
Eğitimi ve Spor Etkinliklerinin Motor Beceri
ve Yetenekler Üzerine Etkisi

15-24

Hakan YENAL
Hatice ÇAMLIYER
A.S. SARACALOĞLU

HAREKET ve ANTRENMAN BİLİMLERİ

Bir Sezonluk Antrenman Periyotlaması
Boyunca Üst Düzey Erkek Hentbolcuların
Bazı Motorik ve Fizyolojik Parametrelerinin
İncelenmesi

25-34

Serdar ELER
İbrahim YILDIRAN
Yaşar SEVİM

XXIII. Uluslararası Yaşar Doğu Serbest
Güreş Turnuvası Müsabakalarının
Analizi

35-42

Latif AYDOS
Haluk KOÇ
İsmail YİĞİTBAŞI

SPORDA PSİKO-SOSYAL ALANLAR

Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeylerdeki
0 - 6 yaş çocuklarının Fiziksel Gelişimlerinin
İncelenmesi

43-50

Fulya TEMEL
Neslihan AVCI
Özlem ERSOY
Ayşe TURLA

Okul Yöneticilerinin Ders Dışı
Etkinliklere Yaklaşımları

51-62

SuatKARAKÜÇÜK
Azmi YETİM

SPOR YÖNETİM BİLİMLERİ

Bir Tutundurma Aracı Olarak Spor
Sponsorluğu

63-68

Hülya COŞKUN

CONTENTS

**TEACHING IN PHYSICAL
EDUCATION AND SPORTS**

Comparasional Study on Motors
Proficiency of Educable Mentally Retarded
Children and Their Normal Pears

The Effects of Physical Education and Sport
Activities on Motor Ability and Skill
Development of the Fourth and Fifth-Grade
Students in Elementary Schools

MOVEMENT AND TRAINING SCIENCES

The Examination of Some Motoric and
Physiological Parameters of Elite Class Handball
Players Throughout One Season
Training Period

XXIII. The Competitions Analysis
of International Yaşar Doğu Free
Wrestling Tournament

PSYCHO-SOCIAL AREAS IN SPORT

Research Into Physical Development of
0 - 6 Age Children in Different Socio-
Economical Status

Approaches of School Administrators
Extramural Activities

SPORTS MANAGEMENT SCIENCES

Sport Sporsorship as a Means of
Sustainment

**EĞİTİLEBİLİR ZİHİNSEL ENGELLİ ÇOCUKLARIN
MOTOR YETERLİLİKLERİNİN NORMAL GELİŞİM
GÖSTEREN YAŞITLARI İLE KARŞILAŞTIRILARAK
İNCELENMESİ.**

Dilara ÖZER *

Neriman ARAL **

Kamil ÖZER *

Alpay GÜVENÇ *

Nurdan TATAR *

Ethem HİNDİSTAN *

ÖZET

Eğitilebilir zihinsel engelli (EZE) çocukların (12-18 yaş) kuvvet, koordinasyon ve esneklik gibi motor özelliklerini ve beden algılarını incelemek, normal gelişim gösteren (NGG) yaşlıları ile karşılaştırma yaparak aradaki farklılıkları ortaya koymak ve bu bilgileri çocuk gelişimci ve beden eğitimcilerin yararına sunabilmek amacıyla planlanan bu araştırma 156 EZE ve 157 NGG öğrenci olmak üzere toplam 313 çocuk üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Project Unique Test" ile Hastad ve Lacy'nin (1989) önerdikleri testlerden yararlanılarak oluşturulan "Fiziksel ve Motor Yeterlilik Testi" kullanılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre EZE çocukların DUA, mekik, mekik koşusu, esneklik ve kavrama kuvveti yönünden önemli derecede yetersiz oldukları saptanmıştır. NGG öğrencilerin fiziksel ve motor özelliklerinde görülen cinsiyet farklılığı EZE öğrencilerde gözlenememiştir. NGG kız ve erkeklerde yaşla bir çok parametre arasında ilişki bulunurken EZE öğrencilerde yaşla hiçbir parametre arasında ilişki bulunamamıştır.

Anahtar kelimeler Eğitilebilir zihinsel engelli çocuk, özel beden eğitimi, fiziksel ve motor uygunluk, motor yeterlilik.

**COMPARASIONAL STUDY ON MOTOR PROFICIENCY OF
EDUCABLE MENTALLY RETARDED CHILDREN AND THEIR
NORMAL PEERS**

ABSTRACT

This study that has been planned with the purpose to determine the differences between educable mentally retarded (EMR) children and their normally developed peers by studying their strengths, coordinations and flexibility and to present the results to physical educator and child developer has been carried out on totally 313 (156 EMR children and 157 children with normal development). As the means of getting data "Project Unique Test" and "Physical and Motor Proficiency Test" which has been suggested by Hastad and Lacy (1989) have been used.

According to the results of the study it has been determined that EMR children are significantly insufficient in the aspects of standing long jump, situps, shuttle run, flexibility, grips strength compared to their peers with normal development. Sex differences that have been observed on normally developed children couldn't be observed on EMR children. While there are relations between the age and a lot of parameters of normally developed children there is no relation between the age and any parameters on EMR children.

Key words: Educable mentally retarded children, adapted physical education and sport, physical and motor fitness, motor proficiency

*Akdeniz Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ANTALYA

** Ankara Üniversitesi Ev Ekonomisi Yüksekokulu, ANKARA

GİRİŞ

Amerika Mental Gerilik Birliği'nin (American Association on Mental Deficiency) Mayıs 1992 yılındaki kararına göre, zeka engeli "zihinsel fonksiyonların normalin altında olması, iletişim, öz-bakım, ev yaşamı, sosyal beceriler, akademik fonksiyonlar, kendini yönlendirme, sağlık ve güvenlik, serbest zamanlar, iş gibi öğrenme ve sosyal uyum sağlayıcı davranışların iki ya da daha fazlasında sınırlılığa sahip olma durumunun görülmesi" şeklinde tanımlanmıştır. Ağır düzeydeki gerilikten en hafif geriliğe kadar pek çok kişi bu tanım içinde yer almaktadır (1). Hafif derecede zeka engeline sahip olan çocuklar eğitsel sınıflandırmaya göre "Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuk" olarak isimlendirilmekte ve tüm zeka engellilerin yaklaşık % 85'ini oluşturmaktadırlar. AAMD'de hafif zihinsel engelli olarak tanımlanan eğitilebilir zihinsel engelli çocuk (EZE), zihinsel gelişimi normalin altında olan ve bu nedenle normal ilköğretim programından yeterli şekilde yararlanamayan çocuktur. Ancak, bu çocukların ilköğretim düzeyinde akademik konularda eğitilebilirlik, toplumda bağımsız yaşayabilecek düzeyde sosyal uyum, yetişkin düzeyinde kısmen ya da tamamen destek alacak şekilde mesleki yeterlilik alanlarında gelişme potansiyeline sahip oldukları ifade edilmektedir (2).

EZE çocuklar için, öğretim programı, bir kaç alanda yeterliliği geliştirmek için planlanmıştır. Öğretim programı mesleki yeterlilik, sosyal yeterlilik, kişisel yeterlilik olmak üzere üç büyük başlık altında sınıflandırılmıştır. Mesleki başarı bireyin benliğini desteklemesi, gereksinimlerini karşılaması için önemlidir. EZE çocuklar için hazırlanmış programlar, yetişkin bir toplumun aktif bir üyesi olabilmesi için sahip olması gereken tutum, bilgi ve becerinin geliştirilmesini hedeflemektedir. Üçüncü amaç, kişisel yeterlilik duygusunun geliştirilmesidir. Zihinsel engelli öğrenci, sürekli engel ve başarısızlıkla karşılaşırsa kişisel yetersizlik ve değersizlik duygularını geliştirmektedir. Çocuğun kişisel değerlilik ve yeterlilik duygusunu, arkadaşlık ve bir gruba ait olma duygusunu geliştirebilmesi için nitelikli eğitim programlarına gerek duyulmaktadır. Okuma ve matematiğe hazır oluş, yön takibi, iş alışkanlığı dışında akademik işlemler üzerinde çok fazla durulmamaktadır (3). EZE öğrenciler için hazırlanacak program mesleki, kişisel ve sosyal amaçlar içermelidir. Öğretim programının birincil amacı, toplumda başarılı şekilde çalışma ve yaşam için gerekli olan beceri ve yeteneklerin kazanılmasıdır (2).

Zihinsel engelli çocukların fiziksel ve motor özellikleri üzerine yapılmış bir çok çalışma bulunmaktadır. Sengstock'ın (1966) yaptığı araştırma, fiziksel uygunluk düzeyi yönünden hafif zeka geriliği olan bireylerin çocukluk ve ergenlik dönemi boyunca normal bireyleri iki-dört yıl geriden izlemeye eğilim gösterdiğini ortaya koymaktadır (4). Zihinsel engelli bireylerin özellikle kompleks koordinasyon becerilerinde, kas, kalp solunum dayanıklılığında ve esneklikte yaşla birlikte artan performans kaybı gösterdikleri ileri sürülmektedir.

Rarick et al. 1970, Campbell 1973, Bruininks 1974, zihinsel engelli çocukların, güç, dayanıklılık, çeviklik, denge, koşu, esneklik, hız gibi fiziksel ve motor uygunluk unsurları yönünden daha zayıf olduklarını belirtmektedirler (5, 6, 7). Rarick and Dobbins'in (1972) bir çalışması, ha-

fif derecede zihinsel engelli çocukların denge performansında yaşın artışı ile birlikte beklenen gelişmeyi gösteremediklerini ortaya koymaktadır (8). Bruininks (1978)'in altı-otuz yaşlarındaki öğrenme güçlüğü, hafif ve ağır zihinsel engelli olmak üzere üç grup çocuğu Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency'i kullanarak engelsiz öğrencilerle karşılaştırdığı çalışması, zihinsel engelli bireylerin kaba ve ince motor beceri gelişiminde normal gelişim gösteren çocukların gerisinde olduklarını, zihinsel geriliğin artması ve yaşın da ilerlemesi ile motor gelişimde görülen bu kay- bın gittikçe arttığını, ayrıca normal gelişim gösteren yaşlıları ile karşılaştırıldıklarında en büyük farklılığın durarak uzun atlama ve vücut koordinasyonunda meydana geldiğini ortaya koymak- tadır. Sonuç olarak denge, hareket koordinasyonu, ince-motor beceri, kaba motor hız ve çevik- lik yönünden her üç grup arasında büyük farklılıklar olduğu saptanmıştır (9).

Bernard (1987), altı-on yaşlarında 138 EZE ile 170 normal zekaya sahip öğrencinin temel motor beceri performanslarını karşılaştırmıştır. Sonuç olarak, normal zekaya sahip öğrencilerin her bir beceride EZE öğrencilerden daha iyi performans gösterdikleri bulunmuştur. Çalışmada, beden eğitimi sınıfına başlamadan önce EZE öğrencilerin temel motor beceriler yönünden de- ğerlendirilmeleri önerilmektedir (10). Fernhall et al. (1989), 14 Down Sendromlu ve zihinsel engelli ergen ve 24 zihinsel engelli yetişkinin maksimal kalp oranı ve kardiovasküler uygunluğu- nu incelemiştir. Deneklerden kuvvetleri tükeninceye kadar treadmill üzerinde yürümeleri istenmiş- tir. Maksimal kalp atımı ve maksimal oksijen kapasitesini hesaplamak için metabolik veri ve elektrokardiografi (EKG) kullanılmıştır. Sonuçlar, zihinsel engelli bireylerin engelli olmayan yaşlı- larından daha düşük düzeyde kardiyovasküler uygunluk göjterdiklerini ortaya koymaktadır. Araştırmada, zihinsel engelli bireylerin uygunluk düzeyinin düşük olmasını etkileyen en önemli faktör olarak yetersiz fiziksel etkinlikler ve sedanter yaşam stili gösterilmektedir. Sakıncalı egzer- sizlerden korunmaları koşulu ile Down sendromlu bireylere özellikle yürüyüş gibi fiziksel aktivite- lerin çok yararlı olduğu belirtilmektedir (11).

Bruninks and Chvat (1990), zihinsel engeli bireylerin en çok koordinasyon, denge, hız ve manipülatif becerilerde kayıp gösterdiklerini belirtmektedir (9).

Bu araştırma, 12-18 yaşlarındaki eğitilebilir zihinsel engelli çocukların kuvvet, koordinasyon ve esneklik gibi motor özelliklerini incelemek, normal gelişim gösteren yaşlıları ile karşılaştırma yaparak aradaki farklılıkları ortaya koymak ve bu bilgileri çocuk gelişimcilerin ve beden eğitimci- lerin yararına sunabilmek amacıyla planlanmıştır.

YÖNTEM

Antalya'da bulunan Akdeniz Meslek Okulu ve Ankara'da bulunan Başkent Meslek Okulu'na devam eden zihinsel engel dışında herhangi bir engeli olmayan 12-18 yaşlarındaki 156 eğitile- bilir zihinsel engelli öğrenci ile sosyo-ekonomik düzey ve yaş yönünden benzer özelliklere sa- hip olan 157 normal gelişim gösteren öğrenci olmak üzere toplam 313 öğrenci bu araştırma- nın örneklemini oluşturmaktadır.

Araştırmada veri toplama aracı olarak "Project Unique Test" (Winnick and Short 1985) ile Hastad ve Lacy'nin (1989) önerdikleri testlerden yararlanılarak oluşturulan "Motor Yeterlilik Testi" kullanılmıştır (12, 13). Motor Yeterlilik Testi, kuvvet (kavrama kuvveti, mekik, durarak uzun atlama), esneklik (otur-eriş testi), ve koordinasyon (mekik koşusu) testlerini kapsamaktadır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Çizelge 1. 12-14 Yaş Eğitilebilir Zihinsel Engelli ve Normal Gelişim Gösteren Kız Öğrencilerin Motor Özellikler Yönünden Karşılaştırılması.

Motor özellikler		Denek Sayısı (n)	Aritmetik ortalama (x)	Standart Hata	T
D.U.A.	E	16	97.74	6.97	-7.123*
	N	28	145.76	3.21	
Mekik	E	15	18.07	1.93	-7.612*
	N	28	35.64	1.34	
Mek. Koş.	E	15	14.61	0.54	6.759*
	N	28	11.69	0.12	
Esneklik	E	16	9.53	2.26	-7.569*
	N	28	28.34	1.37	
Kavrama Kuv.	E	16	18.59	1.58	-1.149
	N	28	20.42	0.84	

E = Eğitilebilir zihinsel engelli çocuk, N = Normal gelişim gösteren çocuk. *P<0.05

12-14 yaş EZE kızların, kavrama kuvveti (18.591.58 kg) NGG akranlarından (20.420.84 kg) daha düşük olmasına rağmen aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (p>0.05). Bu araştırma bulguları tüm parametrelerde, Eichstaedt et al. (1991)'in geliştirdikleri normlara göre % 25. persentilin de altında kalmaktadır (14).

Çizelge 2'ye göre, 15-16 yaş eğitilebilir zihinsel engelli kızlar durarak uzun atlama, mekik, mekik koşusu, esneklik ve kavrama kuvveti özellikleri yönünden normal gelişim gösteren akranlarından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermişlerdir (p<0.05). Her parametrede kız EZE' lerin değerleri daha düşük bulunmuştur. Bu araştırma bulguları, mekik koşusu dışında diğer tüm parametrelerde, Eichstaedt et al. (1991)'in geliştirdikleri normlara göre % 25. persentilin de altında kalmaktadır. Mekik

12-18 yaşlarındaki eğitilebilir zihinsel engelli çocukların kuvvet, koordinasyon ve esneklik gibi motor özelliklerinin incelenmesini ve normal gelişim gösteren yaşlıları ile karşılaştırma yapılmasını amaçlayan bu araştırmanın bulguları aşağıda sunulmuştur.

Çizelge 1'e göre, 12-14 yaş eğitilebilir zihinsel engelli kızlar durarak uzun atlama, mekik, mekik koşusu, ve esneklik özelliği yönünden normal gelişim gösteren akranlarından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermişlerdir (p<0.05). Her parametrede kız EZE' lerin değerleri daha düşük bulun-

Çizelge 2. 15-16 Yaş Eğitilebilir Zihinsel Engelli ve Normal Gelişim Gösteren Kız Öğrencilerin Motor Özellikler Yönünden Karşılaştırılması.

Motor özellikler		Denek Sayısı (n)	Aritmetik ortalama (x)	Standart Hata	T
D.U.A.	E	18	80.85	5.31	-7.071*
	N	14	130.78	4.17	
Mekik	E	16	12.69	2.43	-4.486*
	N	12	27.92	2.19	
Mek. Koş.	E	18	15.19	0.37	6.549*
	N	14	11.89	0.28	
Esneklik	E	18	11.05	2.24	-7.674*
	N	15	33.27	1.68	
Kavrama Kuv.	E	17	13.68	0.70	-6.158*
	N	14	22.33	0.94	

E = Eğitilebilir zihinsel engelli çocuk, N = Normal gelişim gösteren çocuk. *P<0.05

koşusu bulgusu, Eichstaedt et al. (1991)'ın 15 yaş normlarına göre 25. persentile denk gelmektedir (14).

Çizelge 3' e göre, 17-18 yaş eğitilebilir zihinsel engelli kızlar durarak uzun atlama, mekik, mekik koşusu, esneklik ve kavrama kuvveti özellikleri yönünden normal gelişim gösteren akranlarından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermişlerdir ($p<0.05$). Her parametrede kız EZE' lerin değerleri daha düşük bulunmuştur. Bu araştırma bulguları, mekik koşusu dışında diğer tüm parametrelerde, Eichstaedt et al. (1991)'ın geliştirdikleri normlara göre 25. persentilin de altında kalmaktadır. Mekik koşusu bulgusu ise, Eichstaedt et al. (1991)'ın 18 yaş normlarına göre 50. persentile denk gelmektedir (14).

Çizelge 4'e göre, 12-14 yaş EZE erkekler durarak uzun atlama, mekik, mekik koşusu, esneklik ve kavrama kuvveti özellikleri yönünden normal gelişim gösteren akranlarından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermişlerdir ($p<0.05$). Her parametrede erkek EZE' lerin değerleri daha düşük bulunmuştur Bu araştırma bulguları DUA ve mekik özelliklerinde Eichstaedt et al. (1991)'ın geliştirdikleri norma göre 25. persentilin altında kalmakta, mekik koşusu bulgusu 25. persentile, esneklik bulgusu ise 75. persentile ulaşmaktadır (14).

Çizelge 5' e göre, 15-16 yaş eğitilebilir zihinsel engelli erkekler durarak uzun atlama, mekik, mekik koşusu, esneklik ve kavrama kuvveti özellikleri yönünden normal gelişim gösteren akranlarından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermişlerdir ($p<0.05$). Her parametrede EZE' lerin değerleri daha düşük bulunmuştur Bu araştırma bulgu-

Çizelge 3. 17-18 Yaş Eğitilebilir Zihinsel Engelli ve Normal Gelişim Gösteren Kız Öğrencilerin Motor Özellikler Yönünden Karşılaştırılması.

Motor özellikler	Denek Sayısı (n)	Aritmetik ortalama (x)	Standart Hata	T
D.UA E	17	94.74	7.60	
D.UA N	18	149.35	3.63	-6.603*
Mekik E	16	14.62	2.81	
Mekik N	14	28.00	2.18	-3.681*
Mek. Koş E	17	14.20	0.59	
Mek. Koş N	16	11.12	0.26	4.688*
Esneklik E	17	13.67	2.42	
Esneklik N	18	33.11	2.02	-6.198*
Kavrama Kuv. E	16	16.49	0.94	
Kavrama Kuv. N	18	22.96	0.74	-4.668*

E = Eğitilebilir zihinsel engelli çocuk, N= Normal gelişim gösteren çocuk. *P<0.05

Çizelge 4. 12-14 Yaş Eğitilebilir Zihinsel Engelli ve Normal Gelişim Gösteren Erkek Öğrencilerin Motor Özellikler Yönünden Karşılaştırılması.

Motor özellikler	Denek Sayısı (n)	Aritmetik ortalama (x)	Standart Hata	T
D.UA E	31	96.37	7.07	
D.UA N	30	162.60	3.56	-8.122*
Mekik E	29	20.57	1.97	
Mekik N	25	48.18	0.94	-11.557*
Mek. Koş E	31	14.99	0.53	
Mek. Koş N	24	10.70	0.13	7.519*
Esneklik E	31	15.54	1.60	
Esneklik N	27	24.86	1.49	-4.204*
Kavrama Kuv. E	31	17.00	1.12	
Kavrama Kuv. N	30	26.80	1.31	-5.954*

E = Eğitilebilir zihinsel engelli çocuk, N = Normal gelişim gösteren çocuk. *P<0.05

Çizelge 5. 15-16 Yaş Eğitilebilir Zihinsel Engelli ve Normal Gelişim Gösteren Erkek Öğrencilerin Motor Özellikler Yönünden Karşılaştırılması.

Motor özellikler	Denek Sayısı (n)	Aritmetik ortalama (x)	Standart Hata	T
D.UA E	44	91.68	5.32	
D.UA N	35	172.38	4.04	-10.901*
Mekik E	44	14.77	1.31	
Mekik N	25	40.88	1.28	-13.143*
Mek. Koş E	42	14.56	0.37	
Mek. Koş N	25	9.99	0.18	9.230*
Esneklik E	44	8.82	0.99	
Esneklik N	27	25.96	1.29	-10.560*
Kavrama Kuv. E	44	18.65	1.47	
Kavrama Kuv. N	37	-30.35	1.25	-8.517*

E = Eğitilebilir zihinsel engelli çocuk, N = Normal gelişim gösteren çocuk. *P<0.05

lan, DUA, mekik, mekik koşusu ve esneklik özelliklerinde Eichstaedt et al. (1991)'m geliştirdikleri norma göre 25. persentilin altında kalmaktadır (14).

Çizelge 6'ya göre, 17-18 yaş eğitilebilir zihinsel engelli erkekler durarak uzun atlama, mekik, mekik koşusu, esneklik, kavrama kuvveti özellikleri yönünden normal gelişim gösteren akranlarından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermişlerdir ($p < 0.05$). Her parametrede EZE'lerin değerleri daha düşük bulunmuştur.

Çizelge 6. 17-18 Yaş Eğitilebilir Zihinsel Engelli ve Normal Gelişim Gösteren Erkek Öğrencilerin Motor Özellikler Yönünden Karşılaştırılması.

Motor özellikler	Denek Sayısı (n)	Aritmetik ortalama (x)	Standart Hata	T
DUA E	31	88.83	4.01	
N	30	185.12	4.65	-1 [^] .723*
Mekik E	29	13.27	1.97	
N	25	40.92	0.98	-11.941*
Mek. Koş E	31	14.49	0.31	
N	24	9.59	0.13	13.328*
Esneklik E	31	11.51	1.62	
N	27	29.09	1.15	-8.626*
Kavrama Kuv. E	31	16.90	0.69	
N	30	35.25	1.10	-10.315*

E = Eğitilebilir zihinsel engelli çocuk, N = Normal gelişim gösteren çocuk. * $P < 0.05$

Motor özellikler yönünden sadece 12-14 yaş grubundaki EZE ve NGG kızların el kuvvet ölçümleri arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p > 0.05$). Diğer tüm parametrelerde (DUA, mekik, mekik koşusu, esneklik) EZE kız ve erkekler, NGG akranlarından önemli derecede geride kalmışlardır. Rarick et al. (1970), Campell (1973), Bruininks (1974, 1978), motor yeterlilik ile ilgili çalışmalarında zihinsel engelli çocukların güç, dayanıklılık, çeviklik, denge, koşu, esneklik, hız gibi özellikler yönünden yaşlılarının gerisinde olduklarını ve yaşın ilerlemesi ile birlikte görülen bu kaybın gittikçe arttığını saptamışlardır (5, 6, 7, 9). Aydın ve Odabaş (1997), yaptıkları çalışma sonucuna bağlı olarak on-oniki yaş zihinsel engelli kız erkeklerin denge, DUA, mekik koşusu ve mekik özellikleri yönünden NGG akranlarından daha zayıf olduklarını ifade etmektedirler (15).

Büyük ölçüde zeka düzeyinden kaynaklandığı düşünülen EZE ile NGG bireyler arasındaki bu motor yeterlilik farkı, bir kısım araştırmacı tarafından EZE çocuk ve bireylerin fiziksel aktivitele re katılımın yetersiz olması ile açıklanmaktadır. Clark and Clark (1978), zihinsel engelli çocukların fiziksel uygunluk ve motor gelişimlerinin daha çok yetersiz eğitim ve oyunlara katılım fırsatı verilmemesinden kaynaklandığını ileri sürmektedir (16). Etkinliklere katılmayan ve arkadaşları tarafından oyuna alınmayan çocukların fiziksel ve motor uygunluk unsurları yönünden gerilediğini ve motor beceri kaybına uğradıklarını belirtmektedirler. Çevresel koşulların motor gelişim üzerindeki etkileri düşünüldüğünde ilk olarak EZE çocukların okullarında bu alanla ilgili destekleyici aktivitelerin olmayışı akla gelmektedir. Özer ve Mangır (1998)'m araştırması, meslek okullarındaki ders saatinin yetersiz oluşu, beden eğitimi öğretmenin olmaması, gerekli araç-gereç ve ortamın bulunmaması, programın uygun olamaması gibi nedenlere bağlı olarak nitelikli bir beden eğitimi dersinin uygulanmadığını ortaya koymaktadır (17).

Amerika Birleşik Devletleri'nde 1975 yılından bu yana engelli bireyler için beden eğitimi dersinin zorunlu olması ve spor eğitimine verilen önem gözönüne alındığında bu araştırma kapsamına giren kız ve erkek EZE öğrencilerin motor testlerde Eichstaedt et al. (1991)'ın geliştirdikleri norma göre, genellikle 25. persentilin altında kalmaları, eğitim eksikliğini düşündürmektedir.

Çizelge 7'ye göre, EZE kız ve erkek öğrencilerin durarak uzun atlama ölçümleri arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Çizelge 8'e göre, her yaş grubundaki normal gelişim gösteren kız ve erkeklerin durarak uzun atlama ölçümleri arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Her yaş grubunda kızların DUA ölçümleri erkeklerden daha düşük bulunmuştur.

Çizelge 9'a göre, EZE kız ve erkek öğrencilerin 60 sn içinde yaptıkları mekik sayıları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Çizelge 10'a göre her yaş grubundaki normal gelişim gösteren kız ve erkekler arasındaki , mekik özellikleri farklılığı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Her yaş grubunda kızların mekik sayıları erkeklerden daha düşük bulunmuştur.

Çizelge 11'e göre, EZE kız ve erkek öğrencilerin mekik koşusu ölçümleri arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Çizelge 12'ye göre, normal gelişim gösteren kız ve erkekler arasındaki mekik koşusu farklılığı her yaş grubunda istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Her yaş grubunda kızların mekik koşusu hızlarının erkeklerden daha düşük olduğu saptanmıştır.

Çizelge 13'e göre, EZE kız ve erkek öğrencilerin otur-eriş testi ölçümleri ara-

Çizelge 7. Eğitilebilir Zihinsel Engelli Öğrencilerin Durarak Uzun Atlama Özelliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

Yaş	Cins.	N	DUA	T
12-14 Yaş	K	16	97.74 $\pm$ 1.74	0.083236
	E	31	96.37 $\pm$ 1.27	
15-16 Yaş	K	18	80.85 $\pm$ 1.25	1.142396
	E	44	91.68 $\pm$ 0.80	
17-18 Yaş	K	17	94.74 $\pm$ 1.84	-0.68567
	E	31	88.83 $\pm$ 0.72	

Çizelge 8. Normal Gelişim Gösteren Öğrencilerin Durarak Uzun Atlama Ölçümlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

Yaş	Cins.	N	DUA (cm)	T
12-14 Yaş	K	28	145.76 $\pm$ 2.23	3.469*
	E	29	162.60 $\pm$ 3.62	
15-16 Yaş	K	14	130.79 $\pm$ 4.17	5.995*
	E	35	172.38 $\pm$ 4.04	
17-18 Yaş	K	18	149.35 $\pm$ 3.63	5.384*
	E	30	185.12 $\pm$ 4.65	

* $p<0.05$

Çizelge 9. Eğitilebilir Zihinsel Engelli Öğrencilerin Mekik Özelliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

Yaş	Cins.	N	Mekik	T
12-14 Yaş	K	15	18.07 $\pm$ 1.93	-0.12956
	E	29	20.57 $\pm$ 1.97	
15-16 Yaş	K	16	12.69 $\pm$ 2.43	0.30514
	E	44	14.77 $\pm$ 1.31	
17-18 Yaş	K	16	14.62 $\pm$ 2.81	-0.45833
	E	29	13.27 $\pm$ 1.97	

Çizelge 10. Normal Gelişim Gösteren Öğrencilerin Mekik Özelliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

Yaş	Cins.	N	Mekik	T
12-14 Yaş	K	28	35.64 $\pm$ 1.31	7.800*
	E	28	48.18 $\pm$ 0.89	
15-16 Yaş	K	12	27.92 $\pm$ 2.19	5.110*
	E	25	40.88 $\pm$ 1.28	
17-18 Yaş	K	14	28.00 $\pm$ 2.18	6.187*
	E	25	40.92 $\pm$ 0.98	

* $p<0.05$

sandaki farklılık sadece 12-14 yaş grubunda istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Bu yaş grubundaki kızların esneklik ölçümleri (9.53 ± 2.26 cm), erkeklerden (15.54 ± 1.60 cm) daha düşüktür. Liteartürde "normal gelişim gösteren kızların tüm yaş gruplarında erkeklerden daha esnek oldukları ancak zihinsel engelli bireyler için tam tersi durumun söz konusu olduğu" bilgisi yer almaktadır. Yapılan çalışmalar zihinsel engelli bireylerde erkeklerin denge ve esneklik özellikleri yönünden kızlardan daha iyi olduğu belirtilmektedir (1). Bu yaş grubundaki bulgular literatürle paralellik göstermektedir. İkinci ve üçüncü yaş gruplarındaki kızlar ise, esneklik ölçümlerinde erkeklerden daha yüksek değerler elde etmiş olmalarına rağmen aradaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Çizelge 14'e göre, sadece 15-16 yaş grubundaki normal gelişim gösteren kız ve erkeklerin esneklik ölçümleri arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$).

Çizelge 15'e göre, EZE kız ve erkek öğrencilerin kavrama kuvvetleri arasındaki farklılık hiç bir yaş grubunda istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p<0.05$).

Çizelge 16' ya göre, her yaş grubundaki normal gelişim gösteren kız ve erkekler arasındaki kavrama kuvveti farklılığı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Her yaş grubunda kızların kavrama kuvvetleri erkeklerden daha düşük bulunmuştur.

Muratlı (1997), 12-13 yaşlarında kızların da erkekler kadar DUA da başarılı olduğunu ancak erkekler için ergenlik döneminin baş-

Çizelge 11. Eğitilebilir Zihinsel Engelli Öğrencilerin Mekik Koşusu Özelliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

Yaş	Cins.	N	Mekik Koşusu	T
12-14 Yaş	K	15	14.61 $\pm$ 0.54	0.334082
	E	31	14.99 $\pm$ 0.53	
15-16 Yaş	K	18	15.19 $\pm$ 1.64	-0.90745
	E	42	14.56 $\pm$ 0.37	
17-18 Yaş	K	17	14.20 $\pm$ 0.59	-1.30014
	E	31	14.49 $\pm$ 1.71	

Çizelge 12. Normal Gelişim Gösteren Öğrencilerin Mekik Koşusu Özelliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

Yaş	Cins.	N	Mekik Koşusu	T
12-14 Yaş	K	28	11.70 $\pm$ 0.13	-5.629*
	E	28	10.70 $\pm$ 0.12	
15-16 Yaş	K	14	11.89 $\pm$ 0.28	-5.989*
	E	25	9.97 $\pm$ 0.18	
17-18 Yaş	K	16	11.12 $\pm$ 0.26	-5.738*
	E	24	9.60 $\pm$ 0.13	

* $p<0.05$

Çizelge 13. Eğitilebilir Zihinsel Engelli Öğrencilerin Esneklik Özelliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

Yaş	Cins.	N	Esneklik	T
12-14 Yaş	K	16	9.53 $\pm$ 2.26	2.565*
	E	31	15.54 $\pm$ 1.60	
15-16 Yaş	K	18	11.05 $\pm$ 2.24	-1.009
	E	44	8.82 $\pm$ 0.99	
17-18 Yaş	K	17	13.67 $\pm$ 2.42	0.129
	E	29	11.51 $\pm$ 1.67	

* $p<0.05$

Çizelge 14. Normal Gelişim Gösteren Öğrencilerin Esneklik Ölçümlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

Yaş	Cins.	N	Esneklik	T
12-14 Yaş	K	28	28.34 $\pm$ 1.37	-1.435
	E	28	25.75 $\pm$ 1.17	
15-16 Yaş	K	15	33.27 $\pm$ 1.68	-3.415*
	E	27	25.96 $\pm$ 1.29	
17-18 Yaş	K	18	33.11 $\pm$ 2.02	-1.854
	E	27	29.09 $\pm$ 1.15	

* $p<0.05$

laması ile birlikte kızların performansının erkeklerin oldukça gerisinde kaldığını, mekikte cinsiyet farklılığının 10 yaşından sonra erkeklerin üstünlük sağladığını, kızların tüm yaşlarda erkeklerden daha esnek oldukları ve en büyük farklılığın ergenlik döneminde meydana geldiğini, kız ve erkek çocuklarında kuvvet gelişiminin ergenlik dönemine kadar benzer olduğunu, ergenlik dönemi ile birlikte erkeklerin lehine olan performans farklılığının belirgin bir şekilde ortaya çıktığını ifade etmektedir (18). Kemper (1995), çocukluk dönemi dahil tüm yaşlarda erkeklerin kızlardan daha hızlı bulunduklarını ileri sürmektedir. Bu bilgiler NGG çocuklardan elde edilen bulguları destekler niteliktedir (19).

NGG çocuklara ait bulgular AAHPERD'le (Amerikan Sağlık, Beden Eğitimi, Rekreasyon ve Dans Birliği) karşılaştırıldığında, kızların ve erkeklerin DUA değerlerinin tüm yaş gruplarında 25. persentil ve altında oldukları, birinci yaş grubu kızların mekik değerlerinin 75. persentile, ikinci yaş kızların değerlerinin 25. persentile denk düştüğü, üçüncü yaş kızların değerlerinin ise 50. persentile yaklaştığı, birinci yaş erkeklerin mekik değerlerinin 85. persentile, ikinci ve üçüncü yaş grubunun değerlerinin ise 50. persentile denk düştüğü görülmektedir. Mekik koşusunda ise, birinci yaş grubu kızlar 25., ikinci yaş grubu kızlar 25., üçüncü yaş grubu kızlar da 50. persentile denk düşmektedir. Erkeklerin mekik koşusu özelliği ise, birinci yaş grubunda 25., ikinci ve üçüncü yaş grubunda 50.persentile denk düşmektedir (20).

NGG erkek öğrencilerin motor özelliklerinin karşılaştırılmasına ait korelasyon katsayısı önemlilik testi sonuçlarına göre kavrama kuvveti ile DUA arasında ($r=0,71$) doğrusal, kavrama kuvveti ile mekik koşusu arasında ters bir ilişki olduğu bulunmuştur. EZE erkeklerde ise, mekikle mekik koşusu ($r=0,46$) ve DUA ile mekik koşusu arasında ($r=0,72$) orta dereceli ilişki bulunmuştur. NGG kızlar da ise, DUA ile mekik koşusu ($r=0,57$), esneklik ve mekik koşusu arasında ($0,48$) ters yönde orta dereceli bir ilişki gözlenmiştir. Kız öğrencilerde sadece DUA ile kavrama kuvveti arasında ($0,44$) zayıf bir ilişki gözlenmiştir. NGG kız ve erkeklerde yaşla bir çok parametreye arasında ilişki bulunurken, EZE öğrencilerde yaşla hiçbir parametre arasında ilişki bulunamamıştır.

Çizelge 15. Eğitilebilir Zihinsel Engelli Öğrencilerin Kavrama Kuvvetlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

Yaş	Cins.	N	Kavrama Kuvveti	T
12-14 Yaş	K	16	18.59 $\pm$ 1.58	-1.126
	E	31	17.00 $\pm$ 1.12	
15-16 Yaş	K	18	13.68 $\pm$ 0.70	0.829
	E	44	18.65 $\pm$ 1.47	
17-18 Yaş	K	16	16.49 $\pm$ 0.94	0.667
	E	31	16.90 $\pm$ 0.69	

*p<0.05

Çizelge 16. Normal Gelişim Gösteren Öğrencilerin Kavrama Kuvvetlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

Yaş	Cins.	N	Kavrama Kuvveti	T
12-14 Yaş	K	28	20.42 $\pm$ 0.84	4.092*
	E	29	26.80 $\pm$ 1.31	
15-16 Yaş	K	14	22.33 $\pm$ 0.94	5.146*
	E	37	30.35 $\pm$ 1.25	
17-18 Yaş	K	18	22.96 $\pm$ 0.74	9.322*
	E	30	35.25 $\pm$ 1.10	

*p<0.05

SONUÇ VE ÖNERİLER

Motor özellikler yönünden sadece 12-14 yaş grubundaki EZE ve NGG kızların el kuvvet ölçümleri arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$). Diğer tüm parametrelerde (DUA, mekik, mekik koşusu, esneklik) EZE kız ve erkekler NGG akranlarından önemli derecede geride kalmışlardır. EZE öğrencilerin cinsiyete göre durarak uzun atlama performansı, mekik, mekik koşusu, esneklik ve el kavrama kuvvetleri farklılıklarının NGG akranları ile benzer özellikler göstermedikleri anlaşılmaktadır. NGG erkekler, her parametrede ve her yaş grubunda kızlardan önemli derecede yüksek performans gösterirlerken, EZE öğrencilerde hiç bir yaş grubunda cinsiyet farklılığı gözlenememiştir ($p<0.05$). Sadece EZE erkeklerin 12-14 yaş grubundaki kızlardan önemli derecede esnek oldukları gözlenmiştir.

Çevresel koşulların motor gelişim üzerindeki etkileri düşünüldüğünde EZE öğrencilerin serbest zamanlarını en çok televizyon seyrederek geçirdikleri buna karşın NGG çocukların spor yaparak geçirdiklerine ilişkin bir araştırma bulgusu akla gelmektedir. Motor becerilerin geliştirilmesinde uygun fırsatların sağlanmasının ve çocuğun becerilerini kullanması için desteklenmesinin önemi bilinmektedir. Çok sayıda araştırma, düzenli olarak uygulanan nitelikli beden eğitimi programları ile bu çocukların da motor becerilerini, fiziksel ve motor uygunluk unsurlarını geliştirebileceklerini ortaya koymaktadır (21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29).

Fiziksel ve motor uygunluk unsurları, günlük yaşam aktivitelerini yerine getirmek, fiziksel aktivitelere katılmak ve yürüme, koşma, atlama, sekme, sıçrama, yakalama, fırlatma gibi motor becerileri yeterli bir şekilde ortaya koymak için gerekmektedir. Zihinsel engelli çocukların, mesleki eğitimlerinin zihinsel becerilerden ziyade bedenlerini kullanmalarına yönelik olduğu gözönüne alındığında, mesleki eğitim ve beden eğitimi gibi derslerden yararlanabilmeleri için fiziksel ve motor uygunluk unsurlarının geliştirilmesinin önemi ortaya çıkmaktadır.

Fiziksel etkinliklerin tüm gelişim alanlarına büyük katkılar sağladığı göz önüne alındığında, öncelikle meslek okulları ya da özel eğitim kurumlarının beden eğitimi programlarının, incelemeler EZE öğrencilerin gelişimsel gereksinimlerine uygun olarak yeniden düzenlenmesi gereği ortaya çıkmaktadır. Nitelikli bir beden eğitimi programı çerçevesinde haftalık ders saatleri artırılmalı ve bu dersler mutlaka bir beden eğitimi öğretmeni rehberliğinde yapılmalıdır. Beden eğitimi programına başlamadan önce her öğrenci bireysel olarak boy, ağırlık, beden yağ oranı, esneklik, denge, kuvvet, dayanıklılık, hız gibi fiziksel- motor özellikler ve beden algısı yönünden değerlendirilmelidir. EZE öğrencilerin iyi bir beden formu, olumlu benlik algısı ve sosyal becerilerini geliştirmeleri için sadece okulda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivitelerin önemine ilişkin bilgiler verilmesi yeterli olmamaktadır. Aileler de kendilerine bu konuda düşen sorumluluklar konusunda bilinçlendirilmelidirler. EZE öğrencilerin uygun form geliştirebilmeleri ve diğer gelişimsel olanaklardan yararlanabilmeleri için okul programlarının yanı sıra rekreatif (eğlenceye dayalı fiziksel aktiviteler) etkinliklerin de önemi büyüktür. Hafta sonları, ailelerle ya da kardeş okullarla (NGG öğrencilerin devam ettiği okullar) birlikte, uçurtma günleri, yürüyüşler, koşu, bisiklet

turları, yüzme gibi etkinlikler ya da çeşitli branşlarda karşılaşmalar hem toplumla kaynaşmayı sağlamak hem de EZE çocukların kapasiteleri hakkında toplumu bilinçlendirmek için değerli bir fırsat oluşturur. Zihinsel engelli öğrencilerin Özel Olimpiyatların ön gördüğü spor branşlarında eğitimi gerçekleştirildiğinde ve karşılaşmalara katılmalarına olanak verildiğinde büyük başarılar elde ettikleri görülmektedir. Özel eğitim kurumlarına öğrencileri ve aileleri Özel Olimpiyatların felsefesi hakkında bilinçlendirme ve çeşitli branşlarda spor eğitimini yaygınlaştırma konusunda büyük sorumluluklar düşmektedir.

KAYNAKLAR

1. Krebs, P. L.(1995). Mental retardation. Adapted physical education and sport (Ed: J. P. Winnick) .Human Kinetics Books Champaign. 459 p., Illinois.
2. Sinclair, E. and Forness, S. (1983). Classification: educational issues.(Ed: L. Matson) Handbook of Mental Retardation. Pergaman Press, 171-176 p., New York.
3. Mac Millian, D. L.(1988). Issues in mild mental retardation. Education & Training in Mental Retardation, 23; 273-284.
4. Sengstock, W. L. (1966). Physical fitness of mentally retarded boys. Research Quarterly of the American Association for Health, Physical Education and Recreation, 13, 113-120.
5. Rarick, G. L, Widdop, J. H., and Broadhead G. D. (1970) Physical fitness and motor performance of educable mentally retarded children. Exceptional Children, 36; 509-519.
6. Campbell, J. (1973). Physical fitness of the mentally retarded: A review of research. Mental Retardation, 11(5); 26-29.
7. Bruininks, R. H. (1974). Physical and motor development of retarded persons. (Ed: N. R. Ellis) International Review of Research in Mental Retardation, 7; 209-261.,New York.
8. Rarick, G. L. and Dobbins, D. A. (1972). Basic component in the motor performance of educable mentally retarded children : Implications for curriculum development. U.S Office of Education., Washington.
9. Bruininks, R. H. and Chvat, M. (1990). Research on the motor proficiency of persons with mental retardation. Psychomotor therapy and adapted physical activity (Ed: H. V. Coppenolle and J. Simons) In Better Movement Proceeding of the 2nd International Symposium., 43-69 p., Belgium.
10. Bernard, V. (1987). Fundamental motor skill performance of non-handicapped and educable mentally impaired students. Education and Training in Mental Retardation, 22 (3); 197-204.
11. Fernhall, B., Tymeson, G., Miller, L. and Burkett, L.(1989). Cardio-vascular fitness testing and fitness levels of adolescents and adults with mental retardation including Down Syndrome. Education and Training of The Mentally Retarded, 24(2); 133-138.
12. Winnick, P. J.and X. F. Short. (1985). Physical fitness testing of the disabled (Project Unique). Human Kinetics Books Champaign, 165 p., Illinois.
13. Hastad, N. D. and Lacy, C. A. (1989). Measurement evaluation in contemporary physical education. Gorsuch Scarisbrick Publishers Scotts Dale, 575 p., Arizona.
14. Eichstaedt, C. B., Wang, P. Y, Polacak, J. J. and Dohrmann, P. F. (1991). Fitness norms for males and females ages 6 to 20 with mental retardation. State University Printing Services. Illinois.
15. Aydın, M. ve Odabaş, I. (1997). Alt özel, normal, üstün zekalı 10-12 yaş grubu çocukların fiziki ve motor özelliklerinin karşılaştırılması. Spor Araştırmaları Dergisi, 1(2); 21-30.

16. Clarke, H. H. and Clark H. D. (1978). Developmental and adapted physical education. Second Edition., Prentice Hall Inc. Englewood Cliffs, New Jersey.
17. Özer, D. ve Mangır, M. (1998). Eğitilebilir zihinsel engelli öğrencilerin devam ettiği meslek okullarının beden eğitimi uygulamalarının incelenmesi. Spor Araştırmaları Dergisi, 2(1); 33-46.
18. Muratlı, S. (1997). Çocuk ve spor. Bağırgan Yayınevi, Kültür Matbaası, 293 s.,Ankara.
19. Kemper, H. C. G. (1995). The Amsterdam growth study. Human Kinetics. 278 p., Illinois.
20. Barrow, M. H., McGee, R. and Tritschler, A. K. (1989). Practical measurement in physical education and sport. Lea and Febiger, Philadelphia.
21. Oliver, J. N. (1958). The effects of physical conditioning exercises and activities on the mental characteristics of sub-normal boys. British Journal of Educational Psychology, 28, 155-165.
22. Oliver, J. N.(1960). The effects of physical conditioning on the sociometric status of educationally sub-normal boys. Physical Education, 156, 38-46.
23. Ross, S. A. (1969). Effects of an intensive motor skills training program on young educable mentally retarded children. American Journal of Mental Deficiency, 73; 920-926.
24. Funk D. C. (1971). Effects of physical education on fitness and motor development of trainable mentally retarded children. Research Quarterly., 42;30-34.
25. Chasey, W. and Wyrick, W. (1971). Effects of a physical developmental program on psychomotor ability of retarded children. American Journal of Mental Deficiency, 75; 566-570.
26. Rarick, G. L., Dobbins, D. and Broadhead, G.(1976). The motor domain and its correlates in educationally handicapped children. Prentice-Hall Publishing. NewJersey.
27. Beasley, C. R. (1982). Effects of a jogging program on cardiovascular fitness and working performance on mentally retarded adults. American Journal of Mental Deficiency, 86(6); 609-613.
28. Beuter, A. (1983). Effects of mainstreaming on motor performances of intellectually normal and trainable mentally retarded students. American Corrective Therapy Journal, 37(2); 48-52
29. Keller, M. (1983). Implementing an adaptive physical education program for educable mentally retarded children, kindergarten through third grade. Practicum Report I, Nova University. 43 p., Florida.

**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 sürdürebilmeleri 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, disklerle dokunma, esneklik, durarak uzun atlama, 30 sn.mekik hareketi, barfıkste asılma, 10x5 m mekik koşu, 20 m. mekik dayanıklılık koşusu) ile öğretim yılı başında (Eylül 1995) ve yarı yıl sonunda (Aralık 1995) değerlendirilmişlerdir. 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, disklerle vuruş, esneklik, durarak uzun atlama, 30sn.mekik hareketi, barfıkste 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 participated 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)'in 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 ön- de 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, barfiksde 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)		Esneklik (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 Eğitime 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 Eğitime 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 görece 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 karşılaştırılması 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 vargı 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 ulaşılacağı 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 İnkılapları 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 cimnastik 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., işleğen, 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.Milli Spor Hekimliği Kongresi. İzmir. 22-23 Eylül 1986.
4. Akgün, N., işleğen, 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, İzmir: 1990.
5. Astrand, P.O. Health and Fitness. New York: Barron's Woodbury, 1977.
6. Aydos, L. ve R. Kürkcü. "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 Milli Eğitim Sistemi." I. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu Bildirileri, İzmir: 19-21 Aralık 1991:107-111.
8. Başaran, İ.E. Eğitim Psikolojisi. Ankara: Kadioğlu Matbaası, 1991.
9. Cüceloğlu, D. Yeniden insan insana, g.baskı. İstanbul: 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 incelenmesi." Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: D.E.Ü. Sağlık Bil. Ens., 1990.
12. Çamlıyer, H. ve Çamlıyer, Hü. Hareket Eğitimi ve Spor. İzmir: 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 incelenmesi." Spor Hekimliği Dergisi. 25, 4: 141-145, 1990.
17. Erkut, A.O. "Yaz Okullarında Yapılan Cimnastik Çalışmalarının Çocukların Davranışları Üzerine Etkisi." Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: D.E.Ü. Sağlık Bil. Ens., 1994.

Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD), IV(1999), 3 : 15 - 24

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 Milli 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. Milli 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 Profiline 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: Milli Eğitim Basımevi, 1988.
31. Menteşe, S. "Ülkemizdeki Okullarda Görev Yapan İlkokul Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Çeşitli Sıkıntıları ve Beden Eğitimi Dersi." 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 İncelenmiş Bir Takım ile Karşılaştırılması." Spor Bilimleri II. Ulusal 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. Yalçinkaya, 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., Kolukisa, Ş., Torun, K. ve S. Özdağ. "12-15 Yaş Grubu Futbolcuların Antropometrik ve Fiziksel Uygunluk Değerlerinin Sedanter Grupla Karşılaştırılması.." Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi. 3:17-22,1995.
42. Zorba, E., Ziyagil, M.A., Çolak, H., Kalkavan, A., Kolukisa, Ş., Torun, K. ve S. Özdağ. "12-15 Yaş Grubu Voleybolcuların Antropometrik ve Fiziksel Uygunluk Değerlerinin Sedanter Grupla Karşılaştırılması." Voleybol Bilim ve Teknoloji Dergisi. 1:40-47,1995.

**BİR SEZONLUK ANTRENMAN PERİYOTLAMASI
BOYUNCA ÜST DÜZEY ERKEK HENTBOLCULARIN
BAZI MOTORİK VE FİZYOLOJİK
PARAMETRELERİNİN İNCELENMESİ**

Serdar ELER *
İbrahim YILDIRAN *
Yaşar SEVİM *

ÖZET

Bu çalışma bir sezonluk antrenman periyotlaması boyunca üst düzey erkek hentbolcuların bazı motorik ve fizyolojik parametrelerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya birinci ligde oynayan, yaş ortalaması 24 ± 3.70 yıl, boy ortalaması 184.73 ± 6.23 cm ve vücut ağırlığı 86.62 ± 8.87 kg olan, 15 üst düzey erkek hentbolcu gönüllü olarak katıldı. Deneklere verilen bütün alan ve laboratuvar testleri sezon öncesi ve sezon sonrası olmak üzere iki kez yapıldı. İlk iki ayı hazırlık dönemi olarak planlanan dokuz aylık süre içinde denekler toplam 260 antrenman, 60 lig ve kupa müsabakası yaptılar. Verilerin istatistiki analizi eşleştirilmiş t-testi kullanılarak yapıldı. Bir yıl süren çalışmalar sonunda deneklerin vücut ağırlıklarında anlamlı değişiklikler gözlenmedi. Sezon sonunda hentbolcülerin vücut yağ yüzdesi anlamlı olarak azalırken ($p < 0.01$) yağsız vücut ağırlıkları arttı ($p < 0.01$). 30 m sprint değerlerinde tespit edilen fark anlamlı olmamasına karşın, dikey sıçrama ve durarak uzun atlama ve 5x30 m süratle devamlılık değer/erindeki gelişme $p < 0.01$ seviyesinde anlamlı bulundu. Deneklerin anaerobik güç değerlerindeki artış anlamlı iken ($p < 0.01$), aerobik güç değerlerinde anlamlı bir azalma görülmedi ($p < 0.01$). Deneklerin sol ve sağ el kavrama kuvvetlerinde de anlamlı artmalar meydana geldi ($p < 0.01$).

Bu çalışma ile bir sezon boyunca uygulanan antrenman programının üst seviye erkek hentbolcuların bazı motorik ve fizyolojik parametrelerinde olumlu etkileri olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler Hentbol, antrenman, fiziksel parametreler, fizyolojik parametreler

**THE EXAMINATION OF SOME MOTORIC AND PHYSIOLOGICAL
PARAMETERS OF ELITE CLASS HANDBALL PLAYERS
THROUGHOUT ONE SEASON TRAINING PERIOD**

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine some motoric and physiological parameters of elite class male handball players throughout one season training period. Fifteen elite class male handball players aged 19-30, playing in primary league voluntarily participated in this study. All field and laboratory tests were given twice: one before and one after the season. Subjects performed 260 training sessions and 60 cup and league competitions during the nine-month period the first two months of which were planned as preparatory phase. Statistical analysis were done using paired t-test. As a result of one year follow-up training, no significant changes were observed in the body weights of the subjects. At the end of the season, their body fat significantly decreased ($p < 0.01$), but their lean body weight significantly increased ($p < 0.01$). Vertical and double-feet jumping, and 5x30 m speed endurance running values showed significant improvements ($p < 0.01$) although no significant improvement was found in their 30m sprint results. While the increment in the anaerobic power values were significant, there was a significant decrease in their aerobic power values ($p < 0.01$). Significant increases were also obtained in the left and right hand grip strength of the subjects ($p < 0.01$). In this study, it was determined that one season follow-up training had positive effects on some motoric and physiological parameters of high level male handball players.

Key Words: Handball, training, physical parameters, physiological parameters

* Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ANKARA

GİRİŞ

Milyonlarca seyircisi ve katılımcısı olan spor son zamanlarda kazanmanın ön plana çıktığı bir aktivite haline gelmiştir. Bu yüzden pek çok spor bilimci sportif performansı arttırmak ve başarı kazanmak için çeşitli bilimsel yöntemlerden yararlanmaktadır.

1930'lardan sonra, öncelikle Avrupa'da ve dünyanın diğer ülkelerinde hızla yayılan ve kolektif bir takım sporu olarak gelişen hentbol, sevilen ve ilgilenilen bir spor branşı haline gelmiştir. Hentbolün bir mücadele sporu olması ve skorun her an değişebilmesi bu spora olan ilgi ve ilginin artmasına neden olmuştur. Kuvvet, dayanıklılık, sürat, beceri ve esneklik gibi motorik özellikler hentbolün temelidir (21). Bütün spor dallarında olduğu gibi hentbolde de kısa ve uzun dönem amaçlara erişmek için iyi organize edilmiş ve planlanmış bir antrenman programına gerek vardır. Performansın en üst düzeyine antrenmanın temel prensipleri göz önünde bulundurularak iyi hazırlanan ve iyi uygulanan bir antrenman programı ile ulaşılabilir (1,7,22).

Bu araştırma, Türkiye'de bir takımın bir yıllık antrenman periyodu süresince gözlemlendiği ilk çalışmadır. Çalışmanın amacı, bir yıllık bir antrenman süresince üst düzey erkek hentbolcülerin bazı motorik ve fizyolojik parametrelerini incelemek ve değerlendirmektir.

MATERYAL VE METOT

Denekler

Hentbol birinci liginde oynayan, yaş ortalaması 24 ± 3.70 yıl olan Çankaya Belediyesi Spor Kulübünün 15 elit erkek sporcusu sezon öncesi hazırlık antrenmanları başlamadan 4 gün önce yapılan bu çalışmaya gönüllü olarak katıldı. Testler ve antrenmanlardan önce bütün denekler detaylı bir sağlık muayenesinden geçirildiler. Ölçüm ve testlerin başlangıcından önce gerekli ısınma egzersizleri yapıldı. Antrenmanlar ve ölçümler süresince sporcuların motivasyon seviyelerini arttırmak için gerekli çaba gösterildi. Hentbolcuların sezon öncesi boy ortalamaları 184.73 ± 6.23 cm, vücut ağırlıkları ise 86.62 ± 8.87 kg olarak belirlendi. Bütün testler sezondan bir hafta önce ve sezondan bir hafta sonra olmak üzere iki kez yapıldı.

Ölçüm metotları

Boy Uzunluğu ve Vücut Ağırlığı

Deneklerin boyları çıplak ayakla Holtain Ltd marka boy ölçer ile, vücut ağırlıkları ise Angel marka baskül ile ölçüldü.

El kavrama kuvvet ölçümü

Deneklerin sol ve sağ el kavrama kuvvetleri, hassasiyeti 0.100 kg olan Takei Group-D marka el dinamometresi ile ölçüldü. Ölçümler iki kez yapıldı, daha iyi sonuç kilogram olarak kaydedildi.

Esneklik ölçümü

Deneklerin esneklik ölçümleri otur-eriş (sit and reach) esneklik testi ile yapıldı. İki kez yapılan ölçümlerin daha iyi olanı cm olarak kaydedildi.

Vücut yağ ölçümü

Deneklerin deri altı yağlarını ölçmek için 0-60 mm kalınlıkları ölçebilen Clifton NJ marka deri kaliperi kullanıldı. Ölçümler vücudun sağ tarafından alındı ve yüzdeler Sloan ve Weir formülü ile hesaplandı(28):

$$\text{Vücut yoğunluğu (gr/ml)} = 1.1043 - 0.00133 (\text{bacak SF}) - 0.00131 (\text{subscapular SF})$$

$$\text{Vücut Yağ Yüzdesi} = \left(\frac{4.570}{\text{Yoğunluk}} - 4.142 \right) 100$$

$$\text{SE} = \text{Standart hata} = 0.0082 \quad \text{SF} = \text{Deri altı ölçümü}$$

Anaerobik güç ölçümü

Anaerobik güç ölçümü dikey sıçrama testi ile yapıldı. Kollar ve parmaklar gergin vaziyette ayakta uzanılabilen yükseklik ile sıçrayarak dokunulabilen nokta arasındaki mesafe metre olarak kaydedildi. Denekler üç tekrar yaptılar ve en iyi sonuç değerlendirmeye alındı. Anaerobik gücü hesaplamak için aşağıdaki formül kullanıldı(28):

$$P = (\sqrt{49} (W) \sqrt{D})$$

$$P = \text{Anaerobik güç (kg.m/sn)}$$

$$D = \text{Sıçrama mesafesi (m)}$$

$$W = \text{Vücut ağırlığı (kg)}$$

$$49 = \text{Standart zaman (sn)}$$

Aerobik güç ölçümü (PWC170 testi)

Deneklerin aerobik güç ölçümleri PWC170 testi ile yapıldı. Atletler bisiklet ergonometresinde dokuz dakika süreyle durmaksızın pedal çevirdiler. Pedal çevirme için başlangıç yükü deneklerin vücut ağırlıkları ile belirlendi (her kilogram için 1 watt), pedal çevirme ritmi ise 60 tur/dk idi. Bu süre içinde yük üçüncü ve altıncı dakikalarda olmak üzere iki kez artırıldı. Her yüklenmenin son 15 saniyesi süresince, yüklenmeler kalp atım sayısını 170 atım/dk'ya çıkaracak şekilde artırıldı. Sonuçlar aşağıdaki formülle hesaplandı (28):

SY - SBÖY

_____. (170 - SBÖN) + SY = PWC170 (Absolut Değer) (watt)

SN - SBÖN

PWC170 (Absolut Değer) / V.A = PWC170 (Relatif Değer) (watt/kg)

SY = son yük (watt)

SBÖY= sondan bir önceki yük (watt)

V.A.= Vücut Ağırlığı

SN = son nabız (atım/dk)

SBÖN= sondan bir önceki nabız (atım/dk)

30 m sprint testi

Atletler önceden belirlenmiş 30 metrelik mesafeyi en yüksek hızları ile koştular. Başlangıç ve bitiş kronometre ile belirlendi. Üç denemenin en iyi skoru saniye olarak kaydedildi.

5x30 m süratte devamlılık testi

Denekler 30 metrelik mesafeyi başlangıç çizgisine basmadan en yüksek hızları ile koştular. Başlangıç ve bitiş kronometre ile belirlendi. 30 metrelik mesafenin bitiminden sonra jog ile geri dönülerek aynı şekilde toplam beş kez koşuldu. Sonuçların aritmetik ortalaması değerlendirilmeye alındı.

Durarak uzun atlama testi

Ölçümler işaretlenmiş bir platformda yapıldı. Atletler başlangıç noktasından çift bacak ile ileriye doğru maksimal kuvvetleri ile sıçradılar. Başlangıç noktası ile vücudun yere temas ettiği en son nokta arasındaki mesafe metre olarak kaydedildi. Yapılan üç denemenin en iyi sonucu değerlendirilmeye alındı.

Dikey sıçrama testi

Test prosedürü anaerobik güç ölçümü için yapılan dikey sıçrama testinin aynısı idi. Tek fark bu testin amacının sadece dikey sıçrama mesafesini ölçmek için kullanılması ve sonuçların cm olarak kaydedilmesi idi.

ÇALIŞMADA UYGULANAN ANTRENMAN PROGRAMI

Çalışma ilk iki ayı hazırlık, geri kalan yedi ayı ise müsabaka dönemi olarak planlanan dokuz aylık bir süreyi kapsadı. Çalışma boyunca denekler toplam 260 antrenman, 60 müsabaka yaptılar. Antrenman bir yıllık çalışma süresince dönemlere göre kapsam, yoğunluk ve egzersiz tipleri göz önünde bulundurularak haftalık olarak planlandı. Denekler sayıları sezonlara göre 5-10 arasında değişen, haftada yaklaşık yedi antrenmana katıldılar. Bir antrenman seansının ortalama süresi 90-120 dakika arasındaydı. Yıl boyunca antrenmanın yoğunluğu ve kapsamı sporcuların hazırlandıkları müsabakalara göre değişiklikler gösterdi. Tüm antrenman programı, ayrıca, hazırlık dönemi içinde haftada 1-2 kez uygulanan dayanıklılık koşularını da kapsıyordu.

Hentbolculara uygulanmış olan antrenman programının içeriği aşağıdadır:

1. Genel kondisyon antrenmanı: Özellikle hazırlık döneminde genel dayanıklılık, maksimal kuvvet, sürat gibi çalışmalar yapıldı.
2. Kas geliştirici maksimal kuvvet antrenmanı: Bu çalışmalar yarım squad, benç-pres (bankta sırtüstü yatar pozisyonda), parmak ucu ve ense-pres olmak üzere dört egzersizden oluşmaktaydı. Her egzersiz 4-10 kez tekrar edilerek, 3-5 seri halinde %40-60 yoğunlukta, orta hızda, piramidal metot kullanılarak yapıldı.
3. Kas içi maksimal kuvvet antrenmanı: Egzersiz tipleri ikinci maddede verilen egzersizlerle aynı idi, fakat her egzersiz için tekrar sayısı 1-6, seri sayısı 4-6, hareket yoğunluğu %70-90 olarak uygulandı. Egzersizler patlayıcı tempo ile piramidal metot prensibine göre yapıldı.
4. Hentbole özgü çabuk kuvvet antrenmanı: Hentbole özgü altı değişik egzersiz sağlık topu ve ağırlıklar kullanılarak istasyon metodu ile, her egzersiz 2-3 seri halinde ve her seride 20-30 kez tekrar edilerek patlayıcı tempo ile yapıldı.
5. Teknikle bağlantılı olarak sıçrama kuvvetini geliştirme antrenmanı: Bir seride toplam 10 sıçramanın yer aldığı 4-6 seri halinde yapıldı. Çalışmada derinlik sıçraması (şok) metodu, patlayıcı tempo ile uygulandı.
6. Teknikle bağlantılı olarak atış kuvvetini geliştirme antrenmanı: Hentbole özgü altı değişik egzersiz 2-3 seri halinde, her seride yaklaşık 120 atış olacak şekilde, istasyon metodu ve patlayıcı tempo ile yapıldı.

7. Antrenman periyotlarına ve müsabakaların önemine göre teknik-taktik ve teorik antrenmanlar uygulandı.

İSTATİSTİKSEL ANALİZ

Sezon öncesi ve sonrası test sonuçları arasındaki farklar eşleştirilmiş (paired) t-testi kullanılarak IBM PC paket programıyla analiz edildi. Sonuçların 0.01 ve 0.05 önem seviyesinde anlamlı olup olmadığına bakıldı.

BULGULAR

Çalışmaya katılan hentbolcuların yaş ortalamaları 24 ± 3.70 yıl, boy ortalamaları ise 184.74 ± 6.23 cm idi. Antrenmanlardan önce 86.62 ± 8.87 kg olan vücut ağırlıkları antrenmanlardan sonra 87.33 ± 8.48 kg'a yükseldi. Laboratuar ve alan testlerinden elde edilen sonuçlar Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Hentbol Oyuncularının Sezon Öncesi ve Sezon Sonrası Fiziksel ve Fizyolojik Özellikleri

Değişken	Sezon Öncesi		Sezon Sonrası		t
	X	SD	X	SD	
Yaş (yıl)	24	± 3.70	24	± 3.70	-
Boy (cm)	184.73	± 6.23	184.73	± 6.23	-
Vücut Ağırlığı (kg)	86.62	± 8.87	87.33	± 8.48	1.06
Vücut Yağı Yüzdesi	14.15	± 4.12	11.52	± 3.48	6.79**
Yağsız Vücut Ağırlığı (kg)	74.17	± 6.63	77.78	± 6.76	5.42**
Sağ El Kavrama Kuvveti (kg)	51.73	± 6.27	54.98	± 6.37	5.82**
Sol El Kavrama Kuvveti (kg)	44.20	± 4.73	46.20	± 4.92	3.66**
Anaerobik Güç (kg.m/sn)	134.06	± 16.14	141.26	± 16.04	5.57**
Aerobik Güç (watt/kg)	3.29	± 0.491	3.02	± 0.481	4.34**
30 m sprint testi (sn)	4.36	± 0.125	4.30	± 0.111	1.88
5 x 30 m Süratte Devamlılık Testi (sn)	4.47	± 0.104	4.41	± 0.124	4.44**
Durarak Uzun Atlama (m)	2.39	± 0.140	2.44	± 0.144	4.22**
Dikey Sıçrama (cm)	50.66	± 8.64	54.46	± 9.12	3.80**
Esneklik (cm)	28.50	± 6.63	32.28	± 8.25	4.93**

**=p<0.01

Bu sonuçlara göre, deneklerin vücut yağ yüzdesi ve aerobik güçlerinde $p < 0.01$ düzeyinde bir azalma, yağsız vücut ağırlığı, dikey sıçrama ve durarak uzun atlama, 5x30 m süratte devamlılık, esneklik, sağ ve sol el kavrama kuvveti ve anaerobik güçlerinde anlamlı gelişmeler tespit edilmiştir ($p < 0.01$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Literatürde 188 cm'nin hentbolcüler için ideal boy ölçüsü olduğu, daha uzun boy değerlerinin hentbolde etkili bir faktör olan patlayıcı kuvveti olumsuz olarak etkileyebildiği bildirilmektedir (11). Bu çalışmaya katılan deneklerin boy ortalamalarının bu değere ve dünya normlarına (14) çok yakın olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada, deneklerin vücut ağırlıklarında kaydadeğer bir değişiklik bulunmazken, vücut yağı yüzdesi ve yağsız vücut ağırlıklarında anlamlı değişiklikler kaydedilmiştir ($p < 0.01$). Vücut yağındaki azalmaların antrenmanların sıklığına ve yoğunluğuna bağlı olduğu söylenebilir. Ayrıca, antrenman periyodunun uzunluğu da vücut yağı azalmasına olumlu katkıda bulunmuştur. Yağ ağırlığı, yani yağ kütesinin azalması antrenmanlara fiziksel ve biyolojik adaptasyonların bir sonucudur (7). Yağsız vücut ağırlığındaki artış ise vücut yağının azalması ve vücut ağırlığının artmasına bağlıdır. Yağ yüzdesi azalırken yağsız vücut ağırlığı artıyor ve vücut ağırlığı değişmiyorsa bu sonuç kas kütesinin artışı ifade etmektedir. Bu çalışmadan vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi ve yağsız vücut ağırlığı ile ilgili olarak elde edilen sonuçlar literatürde çeşitli türde yapılmış diğer çalışmalarla paralellik göstermektedir (3,5,10,15,24,29).

Deneklere sezon öncesi ve sonrası verilen laboratuvar ve alan testlerinin sonuçlarına göre dikey sıçrama, durarak uzun atlama ve 5x30 m süratte devamlılık sonuçlarında anlamlı gelişmeler ($p < 0.01$) bulunurken, 30 m sürat testi sonuçlarında anlamlı değişiklikler kaydedilmemiştir. Genetiğin çok önemli bir faktör olduğu sürat, antrenmanlarla bir dereceye kadar artırılabilir. Bu gelişme yeni başlayanlar ve atlet olmayanlarda daha fazla olmasına rağmen, zaten yüksek bir seviyeye ulaşmış olan elit atletlerde bu kadar fazla olmayabilir. Bu çalışmaya katılan atletlerin 30 m sprint testi ile ölçülen süratlerinde herhangi bir gelişim göstermemeleri yukarıda belirtildiği şekilde açıklanabilir. Dikey sıçrama, durarak uzun atlama, 5x30 m süratte devamlılık ve anaerobik güçteki anlamlı gelişmeler, literatürde de belirtildiği gibi, pliometrik ve patlayıcı kuvvet egzersizlerinin çok kısa bir zaman içinde ve patlayıcı bir güçle uygulanmasının bir sonucudur. Bu çalışmaya katılan deneklerin bu parametrelerindeki ölçüm sonuçları daha önce yapılan birçok çalışma ile benzerlik göstermektedir (2,5,8,9,13,15,17,19,20).

Atletlerin aerobik güçlerinde anlamlı azalmalar gözlenmiştir ($p < 0.01$). Sezen (23), Franklin (6), De Mearnsman (4), Panton (16) ve Şenel (25) dayanıklılık antrenmanları ile yaptıkları çalışmalarında atletlerin aerobik güçlerinde gelişmeler belirlemişler, Cicioğlu (2) ise pliometrik antrenmanlar ile yaptığı çalışmasında deneklerin aerobik güçlerinde herhangi bir artış gözlemlememiş-

tir. Bu çalışmalarla da saptandığı gibi aerobik gücü geliştirebilmek için dayanıklılık antrenmanları yapmak gerekmektedir. Deneklerin aerobik güçlerindeki azalma özellikle hazırlık döneminde yoğun olarak uygulanan dayanıklılık antrenmanları yerine sezon boyunca teknik, taktik, patlayıcı güç, kuvvette devamlılık türü antrenmanlara daha fazla yer verilmesinden kaynaklanabilir.

Bu çalışmadaki hentbolcuların sağ ve sol el kavrama kuvvetleri anlamlı olarak artmıştır ($p < 0.01$). Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar, farklı spor dallarından atletlerle yapılan çalışmaların sonuçlarından daha yüksek olarak bulunmuştur (12,20,26). Literatürde el kavrama kuvvetinin, kuvvetin bir göstergesi olarak kabul edilmesine rağmen, bu çalışmada da belirlendiği gibi, el kavrama kuvveti değerleri el kavrama kuvveti ile direk olarak ilgili spor dallarında daha yüksek bulunmuştur. Sevim (20) kombine kuvvet antrenmanları ile erkek hentbolcuların; Erol (5) dairesel çabuk kuvvet antrenmanları ile basketbolcuların atış kuvvetlerini; Günay (8) ise maksimal kuvvet antrenmanı ile sporcuların atış kuvvetinde etkili olan benç pres kuvvetini geliştirmişlerdir. Bu çalışma kuvvet, patlayıcı güç, ve kombine kuvvet antrenmanları ile hentbolcuların atış kuvvetinde etkili bir faktör olan bilek ve el kavrama kuvvetinin anlamlı olarak arttırılabileceğini göstermiştir.

Hentbolcuların sezon öncesi ve sezon sonrası esneklik ortalama değerlerinde tespit edilen artışlar istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < 0.01$). Hentbolcular ile yapılan bu çalışmada elde edilen esneklik değerleri basketbolculardan (12), eskrimcilerden (26), Galatasaraylı futbolculardan (27), BES öğrencilerinden (28) daha yüksek olarak bulunmuştur. Antrenman sezonu sonunda anlamlı bir artış belirlenmesine rağmen ($p < 0.01$), elde edilen değer (32.28 cm) esnekliğin iyi olarak kabul edilmesi için yeterli değildir. Çünkü Pollack'a göre iyi bir esneklik değeri 46 cm'nin üzerinde olmalıdır (18).

Sonuç olarak, bu çalışma, bir yıllık düzenli ve iyi planlanmış antrenmanların hentbolcuların sağ ve sol el kavrama kuvvetlerini, anaerobik güçlerini, yağsız vücut ağırlıklarını, 5x30 m süratle devamlılık, dikey sıçrama ve durarak uzun atlama seviyelerini arttırmada, vücut yağını ise azaltmada etkili olduğunu göstermiştir.

KAYNAKLAR

1. Bompa, T.O., Theory and Methodology of Training: The Key to the Athletic Performance, Second Edition, Kendall/Hunt Publishing Company, Dubuque, Iowa, 1990.
2. Cicioğlu, I., Pliometrik Antrenmanın 14-15 Yaş Grubu Basketbolcuların Dikey Sıçraması ile Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametreleri Üzerine Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, G.Ü. Sağlık Bilimleri Ens. Beden Eğt. ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, 1995.
3. Çimen, O., Çabuk Kuvvet Çalışmalarının 16-17 Yaş Grubu Erkek Masa Tenisçilerin Bazı Motorik Özelliklerine Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, G.Ü. Sağlık Bilimleri Ens. Beden Eğt. ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, 1994.
4. De Mearnsman, R.E., 'Respiratory Sinus Arrhythmia Alteration Following Training in Endurance Athletes', European Journal of Applied Physiology, 64:5, 434-436, 1992.
5. Erol, E., Çabuk Kuvvet Çalışmalarının 16-18 Yaş Grubu Genç Basketbolcuların Performansı Üzerine Etkisinin Deneyisel Olarak İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, G.Ü. Sağlık Bilimleri Ens., Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, 1992.
6. Franklin, B., et al., 'Lipoprotein Decreases Caused by Repeated Maximal Exercise Testing in Sedentary Men', Med. Sci. Sport Exercise, 25, Supp., 147, 1993.
7. Fox, E.L., Bowers, R.W., Foss, M.L., The Physiological Basis of Physical Education and Athletics, Fourth, Edition, Saunders College Publishing, Philadelphia, 1988.
8. Günay, M., Farklı Kuvvet Antrenman Metotlarının Vücut Kompozisyonu Üzerindeki Etkileri, Doktora Tezi, G.Ü., Sağlık Bilimleri Ens., Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, 1993.
9. Günay, M., Sevim, Y., Savaş, S., Erol, A.E., 'Pliometrik Çalışmaların Sporcularda Vücut Yapısı ve Sıçrama Özelliklerine Etkisi', H.Ü. Spor Bilimleri Dergisi, 4:2, 238-245, 1994.
10. Jensen, K., 'Supplemental Training of the Danish National Soccer Team for Women', World Congr. On Science and Football, Abstract Book, 81, Netherlands, 1991.
11. Jeschke, S., 'Anthropometrische Charakteristik der Handballspieler-Innen em Olympischen Turnier 80', Internationals Trainer Symposium I.H.F. , Magglingen, 1981.
12. Kuter, M., Öztürk, F., 'Bir Erkek Basketbol Takımının Fiziksel ve Fizyolojik Parametreleri', H.Ü., Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi Bildirileri, Spor Bilimleri ve Teknolojisi YO. Yayını, 3, 221-226, 1992.
13. Letzelter, H., Ziele: Methoden und Inhalte des Krafttraining, Verlag Ingrid Czwalig Germany, 1988.
14. Nett, T., Leichtathletisches Muskel Training, Verlag Battels und Warnitz, KG, Berlin, 1970.

15. Oğuz, Ş., Üst Düzey Hentbolcularda Bazı Kondisyonel Değerlerin Ölçümü ve Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 1993.
16. Panton, L., et al., Aerobic Exercise Training Responses in Young and Elderly Men and Women', Med. Sci. Sp. Exercise, 25:5, (suppl), 79, 1993.
17. Pen, Y.J., 'The Effects of Depth Jump and Height Jumps Combined with Weight Training and Vertical Jump and Shot Put', Asian I. Physical Education, 1:5, 28, 1987.
18. Pollack, M.L., Wilmore, J.H., Fox, S.M., Health and Fitness Through Physical Activity, John Wiley and Sons, New York, 1978.
19. Pulur, A., Üst Düzey Basketbolcuların Bazı Fizyolojik ve Kondisyonel Değerleri, Yüksek Lisans Tezi, G.Ü. Sağlık Bil. Enst., Bed. Eğt. ve Spor ABD., Ankara, 1991.
20. Sevim, Y., Hentbolde Kombine Kuvvet Antrenmanlarının Sıçrama ve Atış Kuvveti Üzerine Etkisi, Doktora Tezi, G. Ü., Sağlık Bilimleri Ens. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, 1988.
21. Sevim, Y., Hentbol, Teknik-Taktik, Gazi Büro Kitabevi, I. Baskı, Ankara, 1991.
22. Sevim, Y., Antrenman Bilgisi, Gazi Büro Kitabevi, Ankara, 1995.
23. Sezen, M., Farklı Aerobik Nitelikli Dayanıklılık Antrenmanlarının Aerobik Güç, Vücut Kompozisyonu ve Kan Basınclarına Etkisi, Doktora Tezi, G.Ü. Sağlık Bilimleri Ens., Beden Eğt. ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, 1995.
24. Stamford, B., 'The Results of Aerobic Exercise', The Physician and Sport Medicine, 1:9, 145, 1983.
25. Şenel, Ö., Effects of Continuous and Interval Running Programs on Aerobic and Anaerobic Capacities of High School Boys Aged 14-16., M.E.T.U., Ankara, 1991.
26. Şener, H., Eskrim Milli Takım Sporcularının Bazı Kondisyonel Özelliklerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, G.Ü. Sağlık Bil. Enst., Bed. Eğt. ve Spor ABD., Ankara, 1994.
27. Tamer, K., Ziyagil, M.A., Yamaner, F., 'Galatasaray ile Konyaspor Profesyonel Futbol Takımlarının Antropometrik Özellikleri ve Fizyolojik Kapasitelerinin Kıyaslanması', Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8:1, 161-167, 1992.
28. Tamer, K., Sporda Fiziksel Performansın Ölçülmesi ve Değerlendirilmesi, Türkerler Kitabevi, Ankara, 1995.
29. Türkiye Kulüpler (E) Hentbol Şampiyonası Genel ve Özel Değerlendirmesi, 19 Mayıs Gençlik ve Spor Akademisi yayını, Ankara, 1978.

XXIII. ULUSLARARASI YAŞAR DOĞU SERBEST GÜREŞ TURNUVASI MÜSABAKALARININ ANALİZİ

Latif AYDOS *

Haluk KOÇ *

İsmail YİĞİTBAŞI **

ÖZET

Yaşar Doğu' nun anısına düzenlenen uluslararası serbest güreş turnuvasına 22 ülkeden 231 sporcu katılmıştır. 1995 Avrupa güreş şampiyonası öncesi son turnuva olan Yaşar Doğu serbest güreş turnuvasının takımların son durumlarını göstermeleri açısından büyük önemi vardır. Takımların uyguladıkları çalışma programını kontrol etmek, teknik seviyeyi ölçmek, kondisyon ve stratejik açıdan gelişmeleri izleyebilmek ve gerekli düzenlemeleri yapmak için antrenörlere son fırsatı veriyordu. Araştırma , turnuvada yapılan müsabaka, müsabaka sonuçları, puan dağılımı ile bunların ülkelere ve sıklıklara göre dağılımını tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Araştırma bu konuda ülkemizde yapılan ilk araştırma özelliklerine sahiptir. Turnuvada 416 müsabaka yapılmış, 1063x1, 898x2, 163x3 ve 2x5 adet teknik puan alınmıştır. 23 değişik oyun toplam 2071 defa uygulanmıştır. Sıklıklarında , 1. olan güreşçilerin ve ilk beş sırayı paylaşan ülkelerin maç başına düşen puanı yüksek, kaybettiği puanların ise genel ortalamalara göre düşük olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar kelime: Yaşar Doğu Turnuvası, Serbest güreş, Güreş müsabaka analizi.

XXIII. THE COMPETITIONS ANALYSIS OF INTERNATIONAL YAŞAR DOĞU FREE WRESTLING TOURNAMENT

ABSTRACT

231 sportmen have joined the international wrestling tournament which is arranged for Yaşar Dogu's memory from 22 countries. The tournament is last tournament before 1995 Europe free style wrestling sports contest has big importance from the point of view of showing the conditions of teams . It gives last opportunity to the trainers in order to the check working program which is appalled to the teams , measure technical level, be able to follow up developments adjustments and make necessary. The search have been made to assess the competition made in the tournament Results, point distribution . of them according to the countries and weights. The search has originatality which has been made first in this subject in our country. 231 matches had been made in this competition 1063x1,898x2,163x3 and 2x5 technical points were taken by wrestler. 23 different holds were applied 2071 times. Comparison of wining points and losing points which general means of. First place wrestlers and firsts 5 teams. Although wining points were higher than general means, losing points were lower than general means.

Key Words: Yaşar Doğu tournaments, free style wrestling, competition analysis wrestling.

* Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ANKARA

** Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni

GİRİŞ:

Güreş yalnız kuvvet ve dayanıklılık sporu değil, aynı zamanda rakibi daha kolay yenmek için çeşitli oyunların icat edildiği ve uygulamaya konulduğu teknik bir mücadele sporudur.

Ülkemizde yıllarca uygulanan karakucak ve yağlı güreşin temel oyunları olan dalmalar, bo-yunduruk, sarma, kle, künde, elense, tırpan, göğüs çaprazı, dana bağı, tek sarma ve ters paça gibi teknikler bugün de serbest güreşin temel oyunları arasındadır. Serbest güreş teknikleri ayak-ta ve yerde yapılan çeşitli oyunlardan, hücum, karşı hücum ile savunmalardan oluşmaktadır. Gü-reşin seyirciye zevk ve heyecan verip zenginlik kazanması, yukarıdaki oyunların aynı durum-larda birbirleriyle kombine edilerek uygulanması ile yakından ilgilidir.

Güreş müsabakaları güreşçilerin çeşitli yeteneklerinin karşılaştığı ve bu yeteneklerin sonuna kadar kullanıldığı andır. Güreş yüksek seviyede canlı olma ve tahammül etme, dayanıklı olma ye-teneği gerektiren bir spordur. Güreş sporunda bazı esaslar vardır. Bunlar; Düzen, tutarlılık, güç, hareketlerde hızılık, dayanıklılık, yeteneklerin birlikte kullanımı ve dışardan verilen taktiklere gö-re hareket etmedir (1).

Güreşteki antrenman metotlarının gelişmesi, teknik uygulamaları seri hareketler haline dö-nüştürmüş ve güreşe sürat kazandırmıştır. Güreşte değişen her kuralın getirdiği yenilikler, güreş antrenman metotları, uygulanan teknik hareketler ve taktik hazırlığında değişmesine neden ol-muştur. Güreş antrenörlerinin insan vücudunun mekanik kanunlara göre çalışan bir makine ol-duğunu ve makinenin süratli çalışmasıyla bu günkü güreşin yapılabileceğini bilmesi gerekir.

Değişen kurallar güreş tekniğini araştırmacı ve üretici yönde geliştirmektedir. Bu nedenle gü-reşin teknik bilgisinin hacmi, yeni kuralların getirdiği yenileşmeler oranında artmaktadır. Güreş ant-renmanlarında teknik hareketlerde koordinasyon ve üretkenlik özellikleri güreşçiye doğru bilgiler ve tecrübe kazandırılarak verilmelidir. Güreşçi sezgi gücü ve yaratıcılığı ile iyiyi daha iyi yapacak ve değişik uygulamaları ortaya çıkaracaktır.

Sporda başarılı olmanın temelinde zihinsel gelişim yatar. Güreşçilerin her şeyden önce tek-niğin doğruluğunu , hangi oyunların kullanıldığını bilmeleri gerekir. Gereksiz ve pasif hareketler rakibin dikkatini canlandırır ve karşı atak için zemin hazırlar. Bir başka taraftan reaksiyon gecikirse iyi bir atak için rakibe fırsat doğar. Geç kalan savunma karşı atağı güçlendirir ve rakibe avantaj kazandırır.

Güreşin uygulama alanı dikkat, konsantre ve keskin bir hafıza gerektirir. Çeşitli oyunlar, gös-teriler, karşı ataklar, kombinasyonlar taktik araçlar ve teknik problemler gibi elemanlardan olu-şur (7).

Güreşçi çok dikkatli ve sabırlı olmalıdır. Bir oyunun uygulanışı sırasında taktik planını düşü-nebilir ve rakibin reaksiyonunu takip edebilir. Rakibin en iyi oyununu takip etmek, hatırlamak çok önemlidir. Dikkat bu oyunlar üzerine yoğunlaşmıştır. Bu dikkat sürekli olarak bölünür. Çün-kü hem kendi oyununu, hem de rakibin ataklarını, zamanını, minderinin ebatını takip etmek zo-

rundadır. Böyle bir durumda aşırı konsantre olmak hatalara yol açar, güreşçi rakibin hareket ve tavırlarını iyi takip edemez (6).

Güreş tekniği, çoğunlukla spor kabiliyeti ve dizisi olarak adlandırılan, güreşçi müsabakada başanya götüren oyun ve oyunun değişik durumlarından oluşan, sporcunun kendisine ait bir stilde uyguladığı güreş bilgisi kaynağına denir (5).

Çeşitli teknik hazırlıklar modern güreşin en önemli ön çalışmalarını oluşturur. Bu nedenle güreş tekniğinin gelişimi, güreş taktik anlayışının gelişimine ve uygulanan kurallara çok bağlıdır (4). Her güreşçi yarışmalarda başarılı olabilmek için teknik hareketlerin seçiminde dikkatli olmak ve onları geliştirmek zorundadır. Güreş tekniklerini seçerken (3) :

- Yarışma kuralları içerisinde çok etkili teknik hareketleri doğru olarak uygulamalı,
- Teknikler otomatik hareketler haline gelmeli ve uygulamaya yönelik fiziksel kondisyon geliştirilmeli,
- Atak, karşı atak ve savunmanın değişik şekilleri öğrenilmeli,
- Uygulayıcıları taktik ve tecrübelerine bağlı olarak, müsabakada rakibe karşı daha iyi sonuçla götürecek değişik teknik hareketleri seçmeli,
- Diğer tekniklere bağlı olarak, daha iyi uygulayabileceği teknik ve karşı tekniklere öncelik vermelidir.

Dünyanın en iyi güreşçilerinin mücadele davranışlarının incelenmesinden doğan bilgiler, bireysel antrenman aşamalarına gereken metotların temel kaynağını oluşturur (2).

Bu araştırma ile, 23. Yaşar DOĞU serbest güreş turnuvasında yapılan müsabaka sayısı, sıklıklara göre katılımcı ve müsabaka sayısı, puan dağılımı, sıklıklara göre müsabaka ve dakika başına düşen puan dağılımı, 1. olan güreşçilerin müsabaka analizi, yapılan teknik hareketlerin ismi, uygulama sıklığı ve %' lik dağılımı tespit edilerek güreş antrenör ve sporcularına katkı sağlamak amaçlanmıştır.

MATERYAL VE METOD:

Araştırmada, turnuvaya katılan 22 ülkeye ait 10 sıklıkta güreşen 231 sporcu ve turnuvada yapılan 416 müsabaka üzerinde yapılmıştır.

Araştırma, G.Ü B.E.S.Y.O. 4.sınıf güreş ihtisas öğrencileri görev almıştır. Bu konuda öğrenciler eğitilerek önceden hazırlanmış müsabaka analiz formları kullanılmıştır. Araştırma ile:

1. Turnuvada yapılan bütün teknikler ve sıklıklara göre dağılımı,
2. 1,2,3,4, ve 5 puanlık oyunların,%' lik dağılımı,
3. Sıklıklara göre müsabaka ve dakika başına düşen dağılımı,

Tablo 4. Sıkletlere Göre, Sporcu, Yaptığı Müsabaka ve Dakika Başına Düşen Puan Dağılımı

Değişkenler	48	52	57	62	68	74	82	90	100	130	Ortalama X
Yaptığı Maç Sayısı	41	34	56	56	49	49	40	34	40	17	41.6
Maç Başına Düşen Puan Ortalaması	10.12	9.52	8.37	8.73	8.67	7.44	7.27	6.02	7.27	4.94	8.07
Dakikaya Düşen Puan Ortalaması	2.02	1.90	1.67	1.74	1.73	1.49	1.45	1.20	1.45	0.99	1.61

Tablo 5. Puanların Çeşidine ve Toplam Puan İçerisindeki Değerine Göre Sayısal ve %'lik Dağılımı:

Değişkenler	Oyun Sayısı	%'lik Dağılımı	Toplam Puan	Toplam Puan İçindeki %'s
1 Puanlık Oyun	1063	50.0	1063	31.80
2 Puanlık Oyun	898	42.0	1796	53.40
3 Puanlık Oyun	163	7.9	489	14.50
5 Puanlık Oyun	2	0.094	10	0.30
Toplam	2126	100.0	3358	100.00

Tablo 6. İlk Beş Sırayı Paylaşan Ülkelerin Maç Başına ve Dakika Başına Düşen Puan Dağılımı

Değişkenler	Türkiye	Rusya	Kore	Ukrayna	Özbekistan
Sporcu Sayısı	54	16	11	8	7
Maç Başına Düşen Ortalama Puan	4.15	4.96	5.25	5.92	7
Dakikaya Düşen Ortalama Puan	0.83	0.99	1.05	1.18	1.40

Tablo 7. Sıkletinde 1. Olan Güreşçilerin Müsabaka Analizi

Değişkenler		S I K L E T L E R										
		48	52	57	62	68	74	82	90	100	130	Toplam
Yaptığı Maç Sayısı		4	4	5	5	4	4	5	4	4	3	42
Aldığı Toplam Puan		19	38	22	33	11	17	25	14	33	9	221
Verdiği Toplam Puan		10	6	8	9	5	1	4	2	4	2	51
Tuş Sayısı		-	-	1	-	-	2	-	2	1	2	8
Maç başına aldığı		4.75	9.5	4.4	6.6	2.75	4.25	5.00	3.50	8.25	3.00	5.26
Verdiği puan		2.25	1.5	1.6	1.80	1.25	0.25	0.80	0.50	1.00	0.66	1.26
Dakika başına aldığı		0.95	1.90	0.88	1.32	0.55	0.85	1.00	0.70	1.65	0.60	1.05
Verdiği puan		0.50	1.30	0.32	0.55	0.25	0.05	0.16	0.10	0.20	0.13	0.25
Adığı Verdiği Puan Sayısı	1 PUAN	$\frac{8}{1}$	$\frac{14}{3}$	$\frac{16}{3}$	$\frac{9}{7}$	$\frac{3}{5}$	$\frac{5}{1}$	$\frac{12}{4}$	$\frac{8}{2}$	$\frac{10}{2}$	$\frac{6}{2}$	$\frac{91}{30}$
	2 PUAN	$\frac{4}{3}$	$\frac{12}{-}$	$\frac{4}{1}$	$\frac{9}{1}$	$\frac{4}{-}$	$\frac{6}{-}$	$\frac{5}{-}$	$\frac{3}{-}$	$\frac{10}{2}$	$\frac{-}{-}$	$\frac{57}{7}$
	3 PUAN	$\frac{1}{1}$	$\frac{-}{1}$	$\frac{1}{1}$	$\frac{2}{1}$	$\frac{-}{-}$	$\frac{-}{-}$	$\frac{1}{-}$	$\frac{-}{-}$	$\frac{1}{-}$	$\frac{1}{-}$	$\frac{7}{4}$

4. ilk beş dereceyi elde eden ülkelerin müsabaka ve dakika başına düşen puan dağılımı,
5. Sıkletlerinde şampiyon olan sporcuların müsabaka ve dakika başına düşen aldığı ve verdiği puanların dağılımı ,
6. Ayakta ve yerde yapılan oyunlar ve dağılımı,
7. Sıkletlere göre yapılan müsabaka ve puanların dağılımının tespiti yapılmıştır.

BULGULAR :

Araştırma ile elde edilen bulgular aşağıdaki tablolarda özetlenmiştir.

Tablo 1. Turnuvaya Katılan Ülkeler ve Sporcuların Sayısal Dağılımı.

TÜRKİYE	54	KAZAKİSTAN	10	UKRAYNA	8	SLOVAKYA	6
RUSYA	16	KIRGIZİSTAN	10	MAKEDONYA	8	MOLDAVA	3
İRAN	13	AZERBAYCAN	10	TÜRKMENİSTAN	8	MOĞOLİSTAN	2
MACARİSTAN	12	SURİYE	10	ÖZBEKİSTAN	7	LİTVANYA	1
KORE	11	POLONYA	10	BULGARİSTAN	7	TOPLAM ÜLKE	22
B. RUSYA	10	JAPONYA	8	ARNAVUTLUK	6	TOPLAM SPORCU	231

Tablo 2. Turnuvada Yapılan Oyunların Puanlara Göre Sayısal, Yüzdelik (%) ve Müsabaka Başına Düşen Ortalama Oyun Dağılımı

Değişkenler (N = 416)	1 Puanlık Oyun	2 Puanlık Oyun	3 Puanlık Oyun	5 Puanlık Oyun	Toplam
Oyun Sayısı	1063	898	163	2	2126
Oyunların %'lik dağılımı	50	42	7.9	0.1	100
Müsabaka başına düşen oyun dağılımı	2.55	2.15	0.4	0.004	5.10

Tablo 3. Sıkletlere Göre, Sporcu, Yaptığı Müsabaka Sayısı ve Puan Dağılımı

Sıkletler	48	52	57	62	68	74	82	90	100	130	Toplam
Değişkenler											
Sporcu Sayısı	22	18	30	30	26	27	22	19	22	12	228
Yaptığı Maç Sayısı	41	34	56	56	49	49	40	34	40	17	416
1 Puan Alma	116	119	149	148	109	127	84	73	106	32	1063
2 Puan Alma	112	92	123	130	125	94	81	45	76	20	898
3 Puan Alma	25	7	23	27	22	15	15	14	11	4	163
5 Puan Alma	-	-	1	-	-	1	-	-	-	-	2
Tuşla Kazanma	2	5	8	4	8	7	3	3	5	2	47
Kazanılan Toplam Puan (Puan X adet)	415	324	469	489	425	365	291	205	291	84	3358

Tablo 8. Yapılan Teknik ve Sikletlere Göre Sayısal Dağılımı

Teknikler	48	52	57	62	68	74	82	90	100	130	Toplam	%
Bastırma	87	62	86	119	41	70	59	38	60	8	630	30.42
Çırpma	56	51	62	65	60	44	45	29	50	13	475	22.93
Tek Dalma	18	44	40	20	39	29	9	22	33	19	273	13.18
Kilit	19	22	24	27	20	23	17	1	4	-	157	7.58
Kontra Teknik	10	11	14	13	26	16	10	7	15	6	128	6.18
Künde	9	2	16	22	6	10	8	7	7	4	91	4.39
Çift Dalma	16	7	11	15	8	5	3	3	3	-	71	3.42
Tekkol	7	4	10	5	7	3	1	4	6	3	50	2.41
Sarma-Terspaç	6	1	3	5	6	9	-	7	2	-	39	1.88
Dana bağı	2	8	10	1	6	2	2	3	-	-	34	1.64
Havadan Düş.	3	-	2	1	6	2	1	1	4	1	21	1.0
İhtar Puan	1	-	4	-	3	4	2	2	4	1	21	1.0
Kravat	7	1	1	2	3	2	6	1	1	-	24	1.15
Bil. Tut. Çırpma	-	5	-	-	7	-	-	-	-	-	12	0.57
Kafakol	1	-	2	-	1	-	1	1	2	-	8	0.38
Çipe	1	1	-	3	-	-	2	-	1	-	8	0.38
Boyunduruk Ç.	1	1	-	-	3	1	1	-	-	-	7	0.33
Bohça	-	2	1	-	-	4	-	-	-	-	7	0.33
Bravle	1	-	-	-	4	-	-	-	1	-	6	0.28
Salto	1	-	-	-	1	-	1	1	-	-	4	0.19
Çengel	-	-	-	1	3	-	-	-	-	-	4	0.19
Supleks	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-	1	0.04
Toplam	246	222	286	299	250	225	168	127	193	55	2071	100
%'lık Dağılım	12	11	14	14	12	11	8	6	9	3	100	

TARTIŞMA :

23. Uluslararası Yaşar Doğu Serbest Güreş Turnuvasına 22 ülke ve 231 sporcu katılmıştır. Bu analiz ile turnuvada yapılan 416 karşılaşmanın oyun , puan, derece turnuvaya katılan ülkelere durumları tespit edilmeye çalışılmıştır.

Turnuvaya katılan ülkeler içinde Türkiye 54 sporcu ile en fazla iştiraki yaparken, Litvanya 1 sporcu ile en az sayıda katılan ülke olmuştur. Turnuvanın ülkemizde yapılması katılım sayısını artırmıştır.

Turnuva boyunca yapılan 416 karşılaşmada , 2071 kere puan alma girişimi yapılmıştır. Bu tekniklerin %50 'si 1 Puan , %42' si 2 Puan , %7.9'u 3 Puanla değerlendirilmiştir. Turnuvada mősabaka başına 2.5 defa 1 puan' lık 2.1 defa 2 puanlık , 0.4 defa 3 puanlık teknik uygulaması yapılmıştır.

Sporcuların sıkletlere göre dağılımına bakıldığında, ortalama her sıklete 22.8 sporcu dőřerken, 57 ve 60 kilolarda 30 sporcu ile en fazla katılım, en az katılımda 12 sporcu ile 130 kg da gőrőlmőřtőř. Dağılıma bağlı olarak en fazla mősabaka 57 ve 60 kg'da yapılmıştır.

Turnuvada yapılan 416 karşılaşmada 3358 puan kazanılmıştır. Bu puanların 1063'ő 1 puan, 898'i 2 puan, 163'ő 3 puan ve 2 adeti de 5 puan olarak değerlendirilmiştir. Mősabakaların 47'si tuşla sona ermiştir.

Sıkletlere göre, mősabaka sayısı , maç sayısı ile her dakikada alınan puan dağılımına göre, 416 karşılaşmaya ortalama 8.07 puan , dakika başına ise 1.61 puan dőřerken en yőksek puan, maç başına 10.12, dakika başına 0,99 ile 48 kg 'da gőrőlmőřtőř.

Puanların genel dağılımının hafif ve orta sıkletlerde yőksek iken ağır kilolara gidildikçe azaldığı tespit edilmiştir. Bu da dağılımda beklenen bir sonuçtur.

Puanların kazanılma çeşidi ve dağılımında, 1 puan alma girişimi %50, toplam puan içerisindeki reel değeri %32; 2 puan alma girişimi %42 , reel puan olarak %53; 3 puanlık girişim sayı olarak %7,9 , toplam puan içerisinde ise %14.5 'i oluşturmuştur. 2 ve 3 puanlık girişimlerin (teknikler) sayısı az iken, kazanılan puanların çoğunluğunu (%68) oluşturmuştur, 2 puanla değerlendirilen oyunlar turnuvanın en önemli oyunlarını ve 2 puanda en önemli puanını oluşturmuştur.

İlk beş sırayı paylaşan őlkelerin maç ve dakika başına kazandıkları puanlar, katıldıkları sporcu sayısı ile ters orantılıdır. Sporcu sayısının artmasıyla birlikte kalitesinin de dőřtőęő gözlenmiştir. Turnuvaya en çok sayıda gőreři ile katılma bu gőreřilerin bőyők çoğunluğunun uluslar arası tecrőbesi olmayan sporculardan oluşması Tőrkiye'nin maç ve dakika başına kazandığı puanı etkilemiştir.

Sıkletlerinde 1. olan gőreřiler 42 maçta 221 puan almış 51 puan vermiştir, 8 mősabakayı da tuş' la kazanmışlardır. Maç başına 5.26 puan kazanmış, 1.26 puan kaybetmiş, dakika başına 1.05 puan kazanmış, 0.25 puan kaybetmişlerdir. Genel puan dağılımında olduğu gibi hafif ve orta sıkletlerde puanlar yőksek iken, ağır kilolarda dőřmőřtőř.

Yapılan puan alma girişimi (oyun-teknik)ve çeşidinde, bastırma, tek ve çift dalma, kilit, kőnde, çırpma ve danabağı gibi serbest gőreřte kullanılan tekniklerin % 90 'ı oluşturduğu tespit edilmiştir. Greko-romen tekniği olarak bilinen ancak serbest gőreřte de uygulanan kafakol, ipe, salto ve supleks gibi teknikler sayı ve yőzde olarak (%1-2) ok dőřőktőř. Böyle bir dağılım mősabaka stiliyle uygun durum oluşturmuştur (5).

Turnuvada 2126 adet çeşitli oyun uygulanmış, bunların 2071'i güreş literatüründe geçen oyunlar olurken, 55'i ise güreşçilerin tamamen kendilerine ait, literatürde bulunmayan ancak kurallar içerisinde olan teknik hareketlerden oluşmuştur. Tekniklerin % 55'i ayakta, % 45'i yerde uygulanmıştır. 1994 Dünya serbest güreş şampiyonasında ise tekniklerin , % 51'inin ayakta , %49'unun yerde uygulandığı belirlenmiştir (8).

Sonuç olarak 23 çeşit oyun içerisinde ilk 5 sırayı paylaşan oyunlar olarak bastırma, çırpma, tek dalma kilit ve kontra teknik, tüm oyunlar içerisinde % 80'i oluştururken, diğer tekniklerin tamamı % 20'sini oluşturmuştur. Uygulanan tekniklere bağlı olarak % 50'si 1 puan, % 42'si de 2 puan olarak değerlendirilmiştir. Hafif ve orta sikletlerde güreş hızlanırken, kazanılan puan sayısının arttığı, ağır sikletlere doğru gidildikçe güreşin yavaşladığı ve kazanılan puan sayısının azaldığı tespit edilmiştir. Riski en az olan ve ayakta yapılan dalmalar ve bastırmalar puan kazandırma açısından serbest stil güreşte en fazla tercih edilen tekniklerdir. Bu durum araştırma sonuçlarında da görülmüştür.

KAYNAKÇA

1. Canadian Amateur Wrestling federation, What sports psychology research tells the coach about wrestling (Personality, Motivation, Arousal, Confidence). Scin. Appr. Amateur, Wrestling, Canadian.1980
2. CZECH, Günter, Uluslararası güreş antrenör semineri. 23 Eylül -2 Ekim 1989/Atina
3. LENTZ, A., Sports training , Bas Asp. Of. Tran . Wrent. IAWS-1976sh-31-38
4. LUCACSA, Bela, Influence of rules on wrestling as a sports. IAWF-1976 sh-137-160
5. PETROV, Rayka, Some problems of wrestling strategy and tactics , IAWF-1976 sh- 57-71
6. PETROV, Rayka, Importance and role of psychological preparation of wrestlers within the system of their general preparation,IAWF-1976 sh -75-102
7. SASAHARA, Shozo, Methods of training implemented in Japon, IAWF-1976 sh-125-133
8. TUNEMAN, Harold, World championship, 94 Competition Analysis wrestling,London,1994

**FARKLI SOSYO-EKONOMİK DÜZEYLERDEKİ
0-6 YAŞ ÇOCUKLARININ FİZİKSEL GELİŞİMLERİNİN
İNCELENMESİ ***

Fulya TEMEL **

Neslihan AVCI **

Özlem ERSOY **

Ayşe TURLA **

ÖZET

Alt, orta ve üst sosyo-ekonomik düzeylerdeki sıfır-yetmişiki ay çocuklarının fiziksel gelişimlerinin incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada, Ankara ilinde üç sosyo-ekonomik düzeyden toplam 1890 çocuk araştırma örneklemini oluşturmuştur. Araştırma sonuçlarına göre, ağırlık ve boy ortalamalarının sosyo-ekonomik düzey ve cinsiyete göre yaş ilerledikçe istatistiksel olarak önemli farklılıklar gösterdiği saptanmıştır ($p<0.05$). Fontanelerin kapanma durumu ise sosyo-ekonomik düzeye göre yalnızca yedinci ayda istatistiksel olarak önemli bir farklılık göstermiştir ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Gelişim, Erken Çocukluk.

**RESEARCH INTO PHYSICAL DEVELOPMENT OF 0-6 AGE
CHILDREN IN DIFFERENT SOCIO-ECONOMICAL STATUS**

ABSTRACT

In this study carried out to research physical development of 0-72 month-old children in low, middle and high socio-economic status, at total 1890 children from three socio-economic status in Ankara have formed the research sample. According to research results, it has been determined that weight and height averages statistically changed significantly depending on the socio-economic status and gender as they aged ($p<0.05$). On the other hand, the closing of the fontanel statistically varied according to socio-economic status only in the seventh month ($p<0.05$).

Key Words: Physical Development, Early Childhood.

* Bu Çalışma, Gazi Üniversitesi Araştırma Fonu Tarafından Desteklenmiştir (MEF 08/96-1).

** Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Çocuk Gelişimi ve Okulöncesi Eğitimi ABD.

GİRİŞ

Anne babanın içinde bulunduğu sosyal, kültürel ve ekonomik tüm koşullar, doğum öncesinden başlayarak tüm yaşamı boyunca çocuğa sağlanan eğitim sağlık, beslenme koşullarını ve çocuğun gelişimini etkilemektedir.

Alt sosyo-ekonomik düzeydeki ailelerin çocukları, beslenme ve yetersiz çevre koşullarından dolayı gelişim yönünden risk taşımaktadır. Uygun olmayan ev ortamı, kalabalık aile, sağlık ve beslenme koşullarına bağlı olarak alt sosyo-ekonomik düzeydeki çocuklarda, bebek ölüm oranları, çocukluk enfeksiyon ve hastalıkları, malnütrisyon oranı artmaktadır. Ayrıca, kişilerin sağlık alanında yetersiz ve yanlış bilgi sahibi olmaları sonucunda ciddi hastalıklarla ilgili riskler de artmaktadır.¹⁰ Doğum öncesinde yetersiz çevrede gelişen bebek, yetersiz nörolojik gelişim ile dünyaya gelebilmektedir. Bu çocuklar yetersiz tıbbi bakım nedeni ile orta sosyo-ekonomik düzeydeki çocuklardan iki kat daha fazla enfeksiyon hastalıklarından ölmektedir.¹¹

Yapılan araştırmalar, sosyo-ekonomik düzey yükseldikçe çocuğun boy uzunluğunun da tutarlı bir şekilde arttığını ortaya koymaktadır. Bir başka çalışmada çocuğun ağırlık ve boy uzunluğunun, ebeveynlerin eğitimi, ailenin geliri ve sosyo ekonomik düzeyi belirleyen diğer özelliklere göre farklılığı saptanmıştır. Gecekondu bölgesinde yaşayan uzun ve kısa boylu çocuklar üzerinde yapılan bir araştırmada uzun boylu çocukların annelerinin daha çok eğitim aldığı, daha az sayıda hamile kaldığı bulunmuştur.⁸

Sağlıklı beslenme koşullarının yanı sıra çocuk yetiştirme tutumları da sosyo-ekonomik düzeylere göre farklılık göstermektedir.¹ Orta sosyo-ekonomik düzeydeki annelerin çocuğun istekleri, beslenme, uyuma ve tuvalet eğitimi konularındaki tutumlarının daha izin verici oldukları saptanmıştır.⁵

Okulöncesi çocuklarının boy ve ağırlıkları özellikle bebeklikte cinsiyete göre farklılık göstermemektedir.⁴ Ancak yaş ilerledikçe hem cinsiyet hem sosyo-ekonomik düzey açısından önemli farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Yapılan bir çalışmada, küçük bebeklerde daha sonraki yaşlara göre malnütrisyon görülme oranının daha düşük olduğu sonucu ortaya konulmuştur.⁷

Fontanellerin kapanma zamanının sosyo-ekonomik düzey, cinsiyet, ırk, bebeğin doğumdaki ve daha sonraki aylardaki boy ve ağırlık ölçümleri ile ilişkisini inceleyen çalışmalarda, fontanelerin kapanma zamanının bu değerlerle bir ilişkisi olmadığı ancak çocuğun baş çevresi ölçümleri ile ilişkisi olduğu ifade edilmektedir.⁶

MATERYAL VE METOT

Evren

Araştırmanın evrenini, Ankara ilindeki 0-6 yaşlar arasındaki çocuklar oluşturmaktadır.

Örneklem

Öncelikle 0-6 yaş çocukların gelişim hızları açısından anlamlı olabilecek alt yaş gruplarına ayrılmıştır. Buna göre, sıfır-oniki ay arası birer aylık, onüç-yirmidört ay arası üçer aylık, yirmibeş-otuzaltı ay arası altışar aylık ve otuzyediyetmişiki ay arası on ikişer aylık olmak üzere toplam yirmibir adet yaş grubu oluşturulmuştur. Araştırma örneklemine sistematik küme örnekleme yöntemi kullanılarak yirmibir alt yaş grubundan ve üç sosyo-ekonomik düzeyden yüz yirmişer çocuk olmak üzere toplam 1890 çocuk dahil edilmiştir.

Veri Toplama Yöntemi

Araştırmada verilerin toplanması amacıyla soru formu kullanılmıştır. Soru formu iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde anne, baba ve çocuğa ait demografik özellikler, ikinci bölümde ise çocukların fiziksel gelişimi ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

Veri toplayacak uygulayıcılar Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Çocuk Gelişimi ve Okulöncesi Eğitimi ABD son sınıf öğrencileri arasından seçilmiştir. Belirlenen uygulayıcı adayların eğitimden geçirilmiştir.

Boy ölçümü bir yaşından küçük bebeklerde, bebek düz bir zemine yatırılmış, dizleri düzeltilmiş, başın tepe noktasına ve topuk kısımlarına iki mukavva karton konmuş, bebek kaldırılmış ve aradaki mesafe mezür ile ölçülerek yapılmıştır. Bir yaşından büyük çocukların boy ölçümlerinde ise duvardan yararlanılmıştır. Çocuğun düz bir duvara başı, sırtı, kalça ve topukları değecek şekilde yaslanması sağlanmış, başın tepe noktası mukavva karton ile tespit edilmiş, zemin ve bu nokta arasındaki mesafe ölçülmüştür.

Ağırlık ölçümü baskül ile gerçekleştirilmiştir. Bir yaşından küçük bebekler anne ile birlikte tartılmış, daha sonra anne tek başına tartılmış ve iki ağırlık ölçümü arasındaki fark çocuğun ağırlığı olarak tespit edilmiştir. Bir yaşından büyük çocuklar ise doğrudan baskülde tartılmıştır.

Fontanellerin açık veya kapalı olma durumu el ile bakılarak tespit edilmiştir. Arka fontanellelerin kapanma zamanının çalışma sonunda iki ile beşinci aylar arasında, ön fontanelin kapanma zamanının ise yedi ile onikinci aylar arasında olduğu saptanmıştır.

Verilerin Analizi

Boy ve ağırlık için ortalama ve standart sapmalar alınmış, sosyo-ekonomik düzeye ve anne sütü almaya göre boy ve ağırlığın farklılık gösterip göstermediği ise varyans analizi ile saptanmıştır. Fontanellerin kapanma durumunun sosyo-ekonomik düzeye ve anne sütü almaya göre farklılaşp farklılaşmadığı ise khi-kare testi ile belirlenmiştir.

BULGULAR

Demografik Bulgular:

Araştırmadan elde edilen bulgular, sosyo-ekonomik düzey dikkate alınarak verilmiştir. Araştırma örnekleminin demografik özellikleri şu şekildedir:

Annelerin alt SED' de % 38.3' ünün yirmi-yirmidört yaşlar arasında, orta SED' de % 38.7' sinin ve üst SED' de de % 48.7' sinin yirmibeş-yirmidokuz yaşlar arasında oldukları, babaların ise alt SED' de % 40.3' ünün ve orta SED' de % 38.7' sinin yirmibeş-yirmidokuz yaşlar arasında yer aldıkları, üst SED' de ise % 42.9' unun otuz-otuzdört yaşlar arasında oldukları bulunmuştur.

Annelerin alt SED' de % 65.1' inin, orta SED' de % 36.8' inin ilköğretim mezunu, üst SED' de ise % 43.2' sinin lise mezunu oldukları, babaların ise alt SED' de % 51.6' sının ilköğretim mezunu, orta SED' de % 39.7' sinin lise mezunu, üst SED' de ise % 70.3' ünün yüksek okul mezunu oldukları bulunmuştur.

Her üç sosyo-ekonomik düzeyde de annelerin çoğunlukla (alt SED % 95.4, orta SED % 81.2, üst SED % 43.3) ev hanımı oldukları, babaların ise her üç sosyo-ekonomik düzeyde de çoğunlukla (alt SED % 45.6, orta SED % 50.2, üst SED % 54.0) ilmi ve teknik personel sınıfında görev yaptıkları bulunmuştur.

Bölüm II :

Fiziksel Gelişimle İlgili Bulgular:

Bu bölümde, 0-72 ay çocuklarının boy ve ağırlıkları ile arka ve ön fontanellerinin kapanma durumları sosyo-ekonomik düzey ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmiştir. Araştırma kapsamında, çocukların anne sütü alma durumu da bir değişken olarak alınmıştır. Ancak önemli bir faktör olmadığı saptanmıştır. Bu nedenle makalede bu konu ile ilgili verilere yer verilmemiştir.

Tablo 1 incelendiğinde, cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzeylere göre sıfır-yetmişiki ay çocuklarının ağırlık ortalaması ve standart sapmaları görülmektedir. Üç, dokuz, onbir, oniki, onüç-onbeş, onaltı-onsekiz, ondokuz-yirmibir, yirmiiki-yirmidört, otuzyedikırksekiz ve kırkdokuz-altmışıncı aylarda sosyo-ekonomik düzeye ve cinsiyete göre ağırlık ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak önemli bulunmuştur ($p < 0.05$).

Tablo 1. Sıfır - Yetmişiki Aylık Kız ve Erkek Çocuklarının Ağırlık Ortalamalarının ve Standart Sapmalarının Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Dağılımı.

AYLAR	ALTSED				ORTA SED				ÜSTSED				F Önemlilik
	KIZ		ERKEK		KIZ		ERKEK		KIZ		ERKEK		
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	
1. ay	4.42	1.10	4.75	0.50	4.63	0.55	4.67	0.62	4.39	0.46	4.49	0.72	0.79 p>0.05
2. ay	5.19	0.82	5.52	0.88	5.53	0.57	5.64	0.37	5.29	0.46	5.30	0.32	1.75 p>0.05
3. ay	6.53	0.84	6.49	0.70	6.13	0.48	6.25	0.58	6.08	0.53	6.10	0.38	4.29 p<0.05
4. ay	6.64	1.11	7.44	0.72	7.36	1.00	7.88	1.05	6.60	1.22	7.72	1.22	2.80 p>0.05
5. ay	7.48	1.01	7.47	0.96	6.91	0.64	7.49	0.87	7.31	0.49	7.92	0.72	2.11 p>0.05
6. ay	7.39	0.68	8.21	1.24	8.18	1.25	8.85	1.77	7.89	0.81	9.09	1.02	2.72 p>0.05
7. ay	8.49	1.06	9.04	0.93	7.81	0.71	8.81	0.91	8.11	0.76	8.95	0.75	1.62 p>0.05
8. ay	9.03	1.55	8.56	1.33	8.27	1.05	9.12	1.28	8.93	2.07	8.52	1.76	0.04 p>0.05
9. ay	8.40	0.82	8.45	0.96	9.13	0.69	9.03	0.83	10.19	1.50	10.25	1.40	21.88 p<0.05
10. ay	8.94	1.44	9.81	0.99	9.87	0.78	10.09	1.11	10.10	0.97	9.63	0.76	2.83 p>0.05
11-ay	9.40	1.50	10.67	1.40	10.00	1.37	10.71	1.20	11.17	1.90	10.83	0.99	3.31 p<0.05
12. ay	11.85	1.69	11.53	1.21	10.56	1.50	11.08	1.06	11.74	1.23	11.93	1.48	5.11 p<0.05
13-15 ay	10.54	1.08	10.36	0.90	9.90	0.74	10.25	0.91	10.79	1.37	11.25	1.20	6.22 p<0.05
16-18 ay	10.22	0.75	10.33	0.91	11.00	0.95	10.90	0.92	11.54	1.07	11.19	0.75	11.58 p<0.05
19-21 ay	10.50	1.00	12.15	1.26	11.43	1.02	11.81	1.11	12.44	1.21	12.50	1.56	4.38 p<0.05
22-24 ay	12.00	1.23	10.88	2.93	12.30	0.47	13.30	0.68	12.13	0.83	13.33	0.62	7.36 p<0.05
25-30 ay	12.41	1.42	12.00	2.04	12.33	1.67	12.78	1.99	12.00	1.58	11.81	1.68	1.23 p>0.05
31-36 ay	13.65	1.73	12.39	1.12	13.00	2.03	12.83	0.94	12.79	1.05	13.19	1.11	0.09 p>0.05
37-48 ay	16.54	1.61	17.18	1.85	15.25	1.14	16.24	1.56	16.11	1.56	16.18	1.08	3.80 p<0.05
49-60 ay	16.18	1.24	17.08	1.50	17.73	1.28	17.07	1.71	19.67	1.28	20.42	1.00	48.92 p<0.05
61-72 ay	20.08	3.10	19.18	3.11	18.00	3.00	19.53	1.84	19.69	1.97	20.12	2.34	1.07 p>0.05

Tablo 2 incelendiğinde, kız ve erkek çocukların sosyo-ekonomik düzeye göre boy ortalamaları arasında üç, yedi, onbir, oniki, onüç-onbeş, ondokuz-yirmibirinci aylarda ve yirmibeş-yetmişiki aylar arasında istatistiksel olarak önemli farklılıklar saptanmıştır ($p < 0.05$).

Tablo 2. Sıfır - Yetmişiki Aylık Kız ve Erkek Çocuklarının Boy Ortalamalarının ve Standart Sapmalarının Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Dağılımı.

AYLAR	ALTSED				ORTASED				ÜSTSED				F Önemlilik
	KIZ		ERKEK		KIZ		ERKEK		KIZ		ERKEK		
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	
1. ay	56.61	3.47	59.33	3.63	58.60	3.46	53.43	3.34	56.85	2.82	57.90	3.73	2/10 p>0.05
2. ay	57.29	3.73	58.47	4.06	58.75	2.96	58.43	3.28	58.82	2.33	57.69	2.59	0.34 p>0.05
3. ay	61.68	3.15	62.09	3.05	61.00	1.62	60.10	1.85	60.60	1.77	59.13	2.62	4.94 p<0.05
4. ay	63.22	3.08	64.67	4.40	64.50	3.54	64.08	2.84	65.60	5.80	64.00	3.23	0.73 p>0.05
5. ay	66.17	2.85	64.67	4.01	64.47	2.74	66.85	3.65	65.88	3.57	68.46	3.18	1.82 p>0.05
6. ay	66.92	3.07	68.65	3.71	69.18	2.79	70.39	3.55	67.86	2.51	70.75	2.79	2.69 p>0.05
7. ay	68.36	3.03	70.57	2.03	71.27	3.31	71.20	3.01	71.94	3.25	71.85	1.41	5.69 p<0.05
8. ay	70.27	1.95	71.67	2.06	73.31	6.78	72.35	3.89	75.08	6.04	71.67	4.04	1.95 p>0.05
9. ay	72.20	1.82	72.30	2.54	70.93	1.16	72.27	2.25	71.67	1.83	73.67	3.94	0.83 p>0.05
10. ay	72.94	3.38	74.92	3.29	72.95	2.48	76.27	3.29	73.10	3.00	72.45	2.84	1.81 p>0.05
11.ay	73.93	2.15	75.00	3.21	75.69	3.61	77.79	1.93	77.75	4.29	76.22	5.15	3.91 p<0.05
12. ay	70.92	3.10	71.13	2.71	77.82	5.20	79.67	4.40	71.87	4.07	77.00	5.57	23.77 p<0.05
13-15 ay	76.75	5.10	78.06	2.18	77.50	1.27	77.80	2.38	79.83	1.19	81.83	2.68	15.21 p<0.05
16-18 ay	76.78	4.10	77.67	3.45	76.67	5.72	75.04	3.33	76.50	1.91	76.38	1.59	2.20 p>0.05
19-21 ay	76.70	3.71	82.30	2.85	82.50	3.21	81.56	4.32	85.50	2.85	85.14	4.45	12.69 p<0.05
22-24 ay	89.31	3.88	87.88	3.92	89.05	1.00	90.30	0.82	89.13	0.64	90.40	0.91	2.25 p>0.05
25-30 ay	86.82	3.41	86.08	2.75	88.92	4.83	90.28	4.57	87.92	3.69	89.31	3.14	5.69 p<0.05
31-36 ay	91.41	2.00	89.31	2.46	89.33	1.94	88.75	3.70	89.21	0.89	89.44	0.73	3.62 p<0.05
37-48 ay	94.62	4.05	96.77	4.72	94.25	2.99	97.24	3.62	98.95	3.06	97.64	4.86	4.05 p<0.05
49-60 ay	101.59	2.55	105.15	5.00	102.07	1.91	100.93	2.79	106.89	5.12	112.33	1.72	30.45 p<0.05
61-72 ay	109.00	5.90	110.65	6.47	106.46	5.07	109.79	4.85	112.69	4.64	112.53	4.29	4.54 p<0.05

Tablo 3. İki - Beş Aylık Çocukların Arka Fontanellerinin Kapanma Durumunun Sosyo - Ekonomik Düzeye Göre Dağılımı.

AYLAR	ALT SED				ORTA SED				ÜST SED				X ² Önemlilik
	AÇIK		KAPALI		AÇIK		KAPALI		AÇIK		KAPALI		
	S	%	S	%	S	%	S	%	S	%	S	%	
2. ay	28	93.3	2	6.7	24	80.0	6	20.0	28	93.3	2	6.7	3.60 p>0.05
3. ay	9	30.0	21	70.0	16	53.3	14	46.7	17	56.7	13	43.3	5.37 p>0.05
4. ay	15	50.0	15	50.0	15	50.0	15	50.0	16	53.3	14	46.7	0.29 p>0.05
5. ay	4	13.3	26	86.7	3	10.0	27	90.0	1	3.3	29	96.7	2.12 p>0.05

Tablo 3'de, beş aylık çocuklarda, sosyo-ekonomik düzey arttıkça arka fontanelin kapanma oranının da arttığı gözlenmektedir. Ancak iki-beş aylık çocukların arka fontanellerinin kapanma durumları sosyo-ekonomik düzeye göre incelendiğinde bütün aylarda önemli bir farklılık saptanamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4. Yedi - Oniki Aylık Çocukların Ön Fontanellerinin Kapanma Durumunun Sosyo - Ekonomik Düzeye Göre Dağılımı.

AYLAR	ALT SED				ORTA SED				ÜST SED				X ² Önemlilik
	AÇIK		KAPALI		AÇIK		KAPALI		AÇIK		KAPALI		
	S	%	S	%	S	%	S	%	S	%	S	%	
7. ay	30	100.0	0	0.0	28	93.3	2	6.7	22	73.3	8	26.7	11.70 p<0.05
8. ay	18	60.0	12	40.0	16	53.3	14	47.7	12	40.0	18	60.0	2.49 p>0.05
9. ay	2	6.7	28	93.3	0	0.0	30	100.0	0	0.0	30	100.0	4.09 p>0.05
10. ay	18	60.0	12	40.0	14	46.7	16	53.3	22	73.3	8	26.7	4.50 p>0.05
11. ay	10	33.3	20	66.7	14	46.7	16	53.3	5	16.7	25	83.3	5.50 p>0.05
12. ay	21	70.0	9	30.0	28	93.3	2	6.7	25	83.3	5	16.7	5.62 p>0.05

Tablo 4'te yedi aylık çocukların ön fontanellerinin kapanma durumları incelendiğinde, sosyo-ekonomik düzey arttıkça ön fontanelin kapanma oranının da yükseldiği (alt SED % 0.0, orta SED % 6.7, üst SED % 26.7) ve bunun istatistiksel olarak önemli olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Ancak diğer aylarda belirgin farklılıklara rastlanmamıştır ($p>0.05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Sıfır-yetmişiki aylık kız ve erkek çocukların ağırlık ortalamaları incelendiğinde; üç, dokuz, onbir, oniki, onüç-onbeş, onaltı-onsekiz, ondokuz-yirmibir, yirmiiki-yirmidört, otuzyedı-kırksekiz ve kırkdokuz-altmışınıcı aylarda sosyo-ekonomik düzeye ve cinsiyete göre, ağırlık ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermektedir. Farklılıkların yaş ilerledikçe artması ve çoğu ayda anlamlı olması dikkati ağırlık artışında çevresel faktörlerin önemine yöneltmektedir. Bee, küçük bebeklerin fiziksel gelişiminde cinsiyete ve sosyo-ekonomik düzeye göre farklılıklar olmadığı belirtilmektedir. Koçoğlu ve arkadaşlarının köylerde yaptığı bir çalışmada, yaş ilerledikçe mal-

nütrisyon oranının arttığı saptanmıştır.⁷ Guatemala'da ilkokul çocukları ile yapılan bir çalışmada orta ve alt sosyo-ekonomik düzey çocuklarında yüksek sosyo-ekonomik düzey ile karşılaştırıldıklarında daha fazla fiziksel gelişme geriliği (özellikle boy ve ağırlık açısından) saptanmıştır.⁸ Tüm bu sonuçlar, araştırma bulgularını desteklemektedir.

Boy ortalamaları incelendiğinde ise cinsiyete ve sosyo-ekonomik düzeye göre üç, yedi, onbir, oniki, onüç-onbeş, ondokuz-yirmibir ve yirmibeş-yetmişiki aylar arasında önemli farklılıklar görülmüştür. Ortalamalar ayrı ayrı incelendiğinde bu farklılığın üç ve yedinci aylarda yalnızca cinsiyet, diğer aylarda ise hem cinsiyet hem de sosyo-ekonomik düzeyden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu sonuç, yaş ilerledikçe çevresel faktörlerin boy uzunluğunu daha fazla etkilediği düşüncesini akla getirmektedir. Bu bulgu literatürdeki bulgularla benzerlik göstermektedir.^{9,13}

İki-beş aylık çocukların arka fontanellerinin kapanma durumu incelendiğinde sosyo-ekonomik düzeyin önemli bir faktör olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$). Kataria ve arkadaşları, fontanelin kapanma zamanı ile çocuğun cinsiyeti, ırkı, doğumdaki ve sonraki aylardaki boy ve kilosu arasında bir ilişki olmadığını ifade etmektedirler. Bununla beraber fontanelin kapanma zamanının baş çevresi ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir.⁶

Yedi-oniki aylık çocukların ön fontanellerinin kapanma durumu sadece yedinci ayda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bu farklılığın yalnızca yedinci ayda görülmesi ön fontanelin erken kapanmasında sosyo-ekonomik düzeyin önemli bir faktör olduğu düşüncesini akla getirmektedir.

Sonuç olarak, çocukların fiziksel gelişiminde sosyo-ekonomik düzeyin cinsiyetten daha önemli bir faktör olduğu görülmektedir. Bu nedenle çevresel koşullardan kaynaklanan çevresel dezavantajları gidermek amacıyla beslenme ve sağlık koşullarının iyileştirilmesinin yanında beden gelişimlerini de destekleyici eğitim programlarının hazırlanması önemli bir görüş olarak ortaya çıkmaktadır.

KAYNAKLAR

- 1.....(1991). The Situation Analysis of Mothers and Children in Turkey, Ankara: UNICEF.
2. Bee, H. (1994). Lifespan Development. New York: Harper Collins College Publishers, s. 86.
3. Bogin, B. ve MacVean, R.B. (1983). "The Relationship of Socioeconomic Status and Sex To Body Size, Skeletal Maturation, and Cognitive Status of Guatemala City Schoolchildren". Child Development, 54, s. 115-128.
4. Charlesworth, R. (1987). Understanding Child Development. (Second Edition) Albany, New York: Delmar Publishers Inc.
5. Corbin, C.B. (1973). A Textbook of Motor Development. Iowa: C. Brown Company Publishers.
6. Kataria, S., Frutiger, A.D., Lanford, B. ve Swanson, M.S. (1988). "Anterior Fontanel Closure in Healthy Term Infants". Infant Behavior And Development, 11, s.229-233.
7. Koçoğlu, G., Polat, H., özgür, S., (1990). "Ailelerin Beslenme Olanakları ve Annelerin Çocuk Beslenmesi Konusundaki Bilgileri İle Çocukların Fiziksel Gelişimleri Arasındaki İlişkiler". Beslenme ve Diyet Dergisi, 19; 11-12.
8. Rlccuti, H. (1977). "Adverse Social and Biological Influence on Early Development". Ecological Factors In Human Development. (Edited by: Horry McGurk). Amsterdam: North Holland Publishing Company. 157-172.

OKUL YÖNETİCİLERİNİN DERS DIŞI ETKİNLİKLERE YAKLAŞIMLARI

Suat KARAKÜÇÜK *

ÖZET

Araştırma; okullardaki eğitim-öğretimin ayrılmaz bir parçası, tamamlayıcısı olarak kabul edilen ve öğrencilerin ders dışı zamanlarda yaptıkları spor, resim, müzik, tiyatro gibi etkinliklerin organizasyon ve uygulamalarına karşı okul yöneticilerinin yaklaşımlarını belirlemeye yöneliktir. Bu amaçla; Ankara ilindeki ilk ve ortaöğretim kurumlarında görev yapan 489 okul yöneticisi (müdür ve müdür yardımcıları) araştırma grubu olarak değerlendirildi. Veriler anket yoluyla elde edildi. Değerler SPSS istatistik paket programında sonuçlandırıldı ve yorumlandı. Araştırma bulguları; okul yöneticilerinin ders dışı etkinliklerin okulda yaygınlaşmasını istediklerini, akademik başarıyı artırdığını, kahvehane gibi yerlere gitmenin engellendiğini; ayrıca bu tür faaliyetlerde en fazla beden eğitimi öğretmenlerinden yararlanılmak istendiğini, yönlendirmenin de beden eğitimi öğretmenleri tarafından öncelikle yapılması gerektiğini ortaya koymaktadır. Ders dışı etkinlikleri engelleyen en önemli faktör olarak da velilerin güçlük çıkarması şeklinde belirlenmiştir.

Anahtar kelimeler: Okul, okul yöneticileri, ders dışı etkinlik.

APPROACHES OF SCHOOL ADMINISTRATORS ABOUT EXTRAMURAL ACTIVITIES

ABSTRACT

Approaches of school administrators about extramural activities. It was accepted that extramural activities which were done free time out of school such as sport, painting, music, theatre were an important part of education and teaching. In this study to find out of approaches of school administrators about extramural organizations and applications were aimed. With this purpose total 489 school administrators (directors and assistant directors) work in primary and secondary schools in Ankara were evaluated. Data was obtained by using a questionnaire. Analysis of data was done by using SPSS package program. Results of this study showed that, school administrators wish to develop extramural activities, they believe that such activities increase the academic success and are a handicap to go harmful places. In addition administrators want to cooperate with P.E. teachers for such kind of organizations and they believe that motivation must be done by these teachers. The most important handicap front of such kind of activities is the mentality of families.

Key Words: School, school administrators, extramural activities.

* Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ANKARA

GİRİŞ

Okul bir toplumda eğitimin pazarlandığı ve eğitim hizmetinin üretildiği yerdir (Başaran, 1984, s. 12). Eğitim sürecinden geçmemiş bir kimsenin kendi kendini hiç bir alanda tam olarak yetiştirme imkânı bulunmadığı ve eğitim imkânı kısıtlı toplumların kültürel, sosyal ve ekonomik kalkınmalarının tam olarak sağlanamayacağı düşünülürse, okulun önemli bir sorumluluk ve değer taşıdığı rahatlıkla görülebilir.

Eğitim her toplumda rastlanan bir faaliyet olmasına rağmen, zengin toplumlarda daha yaygın ve daha ileri düzeyde seyretmektedir. Buralarda eğitimin modern ortamlarda ve yöntemlerle formel olarak verildiği yerler ise okullar olmaktadır.

Zaman içinde fonksiyonları büyük değişikliklere uğramış okullar artık; öğrencileri bir üst öğretime veya sınavlara hazırlama aracı olarak değil, onları modern bir toplumun vatandaşları olarak kendi kapasite ve yeteneklerini en uygun şekilde değerlendirmek ve her öğrencinin ilgi ve yeteneklerine cevap verecek karakterde ve bütün öğrencilere hitap edecek şekilde olması beklenir (Stoke, Capelle ve Lowbeer, 1967, s. 44).

Okulun bu değişen fonksiyon süreci içerisinde ders dışı eğitim önemli bir yer tutar. Günümüzde boş zamanları değerlendirme etkinliklerine olan büyük ilgi, bu etkinliklerin eğitim potansiyelinde, fiziki ve ruhsal sağlığa, becerilere, sosyal ve toplumsal niteliklere, çalışma ve akademik verime olan olumlu katkısının gücünde toplanmaktadır. Bu güç okulların, ders dışı eğitime ağırlıklı olarak yönelmeleri gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır. Okullar öğrencilere bunu, boş zamanı olumlu ve etkin bir biçimde kullanabilmek ve ders dışı etkinliklerin genel eğitimi desteklemesi bakımından vermek durumundadırlar.

Okullar çoğu kez eğitimi, bilgi edinme olayı olarak görmüşlerdir. Matematik, biyoloji, fizik, kimya ve tarih gibi birçok derste sadece kavramsal içerikler benimsenmiştir (Nixon and Jewett, 1969, s. 50). Bu anlayışla genellikle Beden Eğitimi, Spor, Müzik ve Resim gibi uygulamaya yönelik, fonksiyonları ve çok çeşitliliği ile her zevke hitap edebilen dersler veya etkinlikler ders içi olduğu gibi ders dışında da ihmal edilebilmektedir.

Okullar boş zamanları etkin değerlendirebilecek ve bunu yaşam boyu sürdürebilecek alışkanlıkları kazandıracak ortamlara sahiptirler. Bir öğrencinin okulda resim öğretmeninden resim sergisini, edebiyat öğretmeninden sahne, tartışma, konferanslar gibi, toplumda kendini ifade etme ve konuşma sanatını veya tiyatro öğrenmesi, beden eğitimi öğretmeninden birçok spor branşını veya oyunları öğrenmesi, müzik öğretmeninden müzik dinlemeyi, bir enstrüman çalmayı veya şarkı söylemeyi öğrenmesi, coğrafya öğretmeninden ülkesini ve dünyayı gezip göreceği yerleri öğrenmesi, diğer bazı öğretmenleriyle de laboratuvar deneyleri, güzel yazı, grafik, koleksiyonculuk gibi, birçok uğraşıya yönelmesi mümkündür.

Burada okulun hem ders dışı etkinlikleri eğitim içine çekerek, daha etkin kullanımı, hem de öğrenciler için bilerek ve sevecek katılabilecekleri boş zaman etkinliklerinin öğretilmesi söz konu-

sudur. Nitekim insanlar boş zamanlarını genellikle daha önceden bildikleri ve zevkine vardıkları etkinliklerle değerlendirmek eğilimindedirler (Bucher, 1972, s. 253). Örneğin insan yüzmeyi iyi biliyorsa, boş zamanında yüzmeye gidecektir. Kanun çalmayı biliyorsa, kanun çalacaktır.

Ders dışı etkinlikler modern eğitim ortamlarında ikinci eğitim veya paralel eğitim olarak adlandırılarak, genel eğitimin ayrılmaz bir parçası olarak tanımlanmaktadır (Gladwel and Hatcher, 1989, s. 221; Stoke, Capelle and Löwbeer, 1967, s. 60).

Ders dışı etkinlikler; öğrencilerin zorunlu olarak katıldıkları ve önceden belirlenmiş müfredat içeren derslerin dışında, tamamen kendi arzu ve tercihleri istikametinde katıldıkları her türlü spor, müzik, resim, tiyatro, edebiyat gibi faaliyetleri kapsamaktadır, şeklinde tanımlanmaktadır (Karaküçük, 1999, s. 149).

Ders dışı etkinliklerle öğrencilerin sadece ders kitaplarına giren bilgilerle yaşama atılmalarını önleyecek, girişim yeteneklerini arttıracak, görüşlerini özgürce ortaya koyabilecek beceriler elde etmeleri, topluluk bilinçlerinin, sorumluluk duygularının ve liderlik yeteneklerinin gelişmesi bakımından önem taşır. Ayrıca kişinin bedensel güç ve uyumluluğunu geliştirmek, ilgi ve tutumlarını keşfetmek, estetik ve dinlendirici etkinliklere yöneltmek, en uygun kişisel ve grup yaşamlarını sağlamak ile boş zamanlarını en iyi şekilde değerlendirme alışkanlıklarını kazanmak bakımından ders dışı zamanlarda yapılan etkinliklere katılım önem taşır (Binbaşıoğlu, 1991, s. 242).

Birçok Batılı veya gelişmiş ülkede olduğu gibi, Amerika Birleşik Devletleri'nde de ders dışı etkinliklere büyük önem verilmektedir. Bu tür etkinliklerle kişinin tam potansiyelini kullanabileceği bir ortam içinde, sadece kitap kurdu olmadan gerçek yaşama ayak uydurmasına yardımcı olunur. Bu ülkede ders dışı etkinliklere katılımda önemli bir kural, öğrencinin faaliyete devamı için ön şart belirli bir akademik başarının sağlanmasıdır (Bilgen, 1996, s. 556).

Çalışmanın amacını; yükseköğretim öncesi yer alan eğitim-öğretim kurumlarında görev yapan yöneticilerin (müdür ve müdür yardımcıları); öğrencilerin ders dışında kalan boş zamanlarında uğraştıkları etkinlikler hakkındaki görüşleri ve bu konuya yaklaşım düzeylerinin belirlenmesi oluşturmaktadır.

YÖNTEM

Araştırmanın çalışma evrenini Ankara İlindeki Lise ve dengi okullarda görev yapan okul yöneticileri (Müdürler ve Müdür Yardımcıları), örneklem grubunu ise random yolu ile seçilen 489 okul yöneticisi oluşturmuştur. Veriler 38 sorudan oluşan ve uygulamadan önce pilot çalışma ile geliştirilen bir anket formu ile toplanmıştır. Anketler yöneticilere bir anketör grubu ile tek tek ulaştırılmış ve anketlerin hemen cevaplandırılması sağlanmıştır. Elde edilen veriler yüzde, frekans ve seçeneklerin önem derecesine göre belirlenmesine yönelik istatistiksel işlemler ile değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Örneklem grubunu oluşturan deneklerin 351'i (%72.2) erkek, 138'i (% 27.8) ise kadınlardan oluşmaktadır. Yaşları ağırlıklı olarak 36-45 yaş (% 61) arasında, öğretmenlik branşlarının ağırlığını ise Beden Eğitimi, Resim ve Müzik dışında kalan branşlar oluşturmaktadır (% 63.0). Deneklerin 86'sını müdürler (% 17.6), 404'ünü ise Müdür Yardımcıları (% 82.4) oluşturmuşlardır. Ayrıca deneklerin toplam meslekî kıdem ortalamaları 21.1 yıl iken, son görevlerindeki kıdem ortalamaları 9.4 yıldır.

Yöneticilerin görev yaptıkları okullara göre dağılımında ise öncelikle 246 kişinin (% 50.3) liselerde, 141 kişinin (% 28.8), meslek liselerinde, 63 kişinin (% 12.9), ilköğretim okullarında, 13 kişinin (% 2.7) Anadolu Liselerinde görev yaptığı görülmektedir.

Araştırma grubuna giren okullarda uygulanan ders dışı etkinliklerin başında voleybol (% 51) gelmektedir. Bunu tiyatro ve edebiyat çalışmaları (% 49.7), halk oyunları (% 49.3), müzik çalışmaları (% 45.8), basketbol (% 43.8), resim (% 45) ve futbol (% 40.1) izlemektedir. Judo (% 3.3), badminton (% 6.3) ve el işi çalışmaları (% 15.3) ise en az uygulanan ders dışı etkinlikler olarak görülmektedir (Tablo 1).

Okul yöneticileri, okullarında ders dışı etkinliklerin yaygınlaştırılmasını büyük bir oranda (% 81.8) isterlerken, sadece okul takımlarının oluşturulmasının yeterli olduğunu savunanların oranı % 16.4'te kalmaktadır (Tablo 2).

Tablo 1: Okullarda Yapılan Ders Dışı Etkinlikler (DDE)

Etkinlikler	f	%
Atletizm	171	34.9
Basketbol	214	43.8
Voleybol	249	51.0
Hentbol	110	22.5
Badminton	31	6.3
Masa Tenisi	163	33.3
Güreş	84	17.2
Judo	16	3.3
Halk oyunları	241	49.3
Elişi becerileri	75	15.3
Müzik	224	45.8
Tiyatro ve edebiyat çal.	243	49.7
Resim	220	45.0
Gezi Etkinlikleri	177	36.2
Futbol	196	40.1
	N:489	

Tablo 2: Ders Dışı Etkinliklerin Yaygınlaştırılması

	f	%
DDE Bütün öğrencileri Kapsamalıdır	400	81.8
Sadece okulu temsil edecek takımların oluşturulması yeterlidir	80	16.4
Cevapsız	9	1.8
Toplam	489	100

Tablo 3: Hangi Tür Ders Dışı Etkinliklere Yönelik Organizasyonların Tercih Edildiği

Etkinlikler	f	%
Spor yarışma organizasyonları	289	59.1
Şenlik, şölen, festival gibi organizasyonları	126	25.8
Kararsızım	63	12.9
Cevapsız	11	2.2
Toplam	489	100

Ders dışı etkinlik türlerinin tercihlerinde yöneticiler; spor yarışma organizasyonlarının % 59.1 oranında, şenlik, şölen, festival gibi etkinliklerin ise % 25.8 oranında yapılmasını arzu ettiklerini belirterek, ders dışı etkinliklerinin yaygınlaştırılması istekleriyle bir anlamda ters düşmektedirler (Tablo 3).

Tablo 4: Öğrencilerin Ders Dışı Etkinliklere Katılımdan Hoşlandıklarını Düşünüp Düşünmeme.

	f	%
Evet düşünüyorum	414	84.7
Hayır düşünmüyorum	37	7.6
Bir fikrim yok	19	3.9
Cevapsız	19	3.9
Toplam	489	100

Okul yöneticilerin büyük bir çoğunluğu (% 84.7), öğrencilerin ders dışı etkinliklerden hoşlandıklarını düşünmektedirler. Bu görüşün tam tersini düşünenlerin oranı ise % 7.6'dır (Tablo 4).

Ayrıca okul yöneticileri ders dışı etkinliklere katılımın çok düşük olduğu durumlar da öğrencilerin kahvehane gibi yerlere daha fazla zaman ayracaklarını belirtirlerken (% 49.7), birbirleri arasında geçimsizlik-uyumsuzluğun da artacağını belirtmektedirler (% 31.7) (Tablo 5).

Tablo 5: Ders Dışı Etkinliklere Katılımın Çok Düşük Olduğu Veya Hiç Olmadığı Durumlarda Öğrencilerde En Fazla Hangi Durumun Gözleneceği.

	f	%
Akademik başarıda düşme olur	43	8.8
Akademik başarıda yükselme olur	17	3.5
Kahvehane gibi yerlere gidenlerin sayısı artar	243	49.7
öğrenciler arasında geçimsizlik-uyumsuzluklar artar	155	31.7
Kız-Erkek öğrenciler arasında sorunlar oluşur	11	2.2
Hiçbir şey değişmez	13	2.7
Cevapsız	7	1.4
Toplam	489	100

Buna mukabil ders dışı etkinliklere katılan öğrencilerin, sosyal ilişkilerde daha başarılı oldukları, % 79.6 gibi yüksek bir oranla kabul edilmektedir (Tablo 6).

Tablo 6: Ders Dışı Etkinliklerin Öğrenciler Üzerinde Bıraktığı Etki.

Etkinlikler	f	%
Daha enerjik ve dinamik oluyorlar	35	7.2
Daha sağlıklı oluyorlar	21	4.3
Sosyal ilişkilerde daha başarılı oluyorlar	389	79.6
Daha huysuz, yaramaz ve geçimsiz oluyorlar	8	1.6
Daha başarılı oluyorlar	10	2.0
Daha başarısız oluyorlar	2	0.4
Belirgin bir etki bırakmamaktadır	7	1.4
Cevapsız	17	3.5
Toplam	489	100

Okul yöneticileri ders dışı etkinliklere yarışmacı olarak veya yarışmacı olmadan katılan öğrencilerin akademik başarılarının olumlu ya da olumsuz etkilenmesi konusunda fazla bir fark gözlemlemektedir. Her iki grup öğrenci için de akademik başarılarının olumlu veya olumsuz etkilenmesi konusunda kararsız kalmakta ve "kısmen olumlu etkilenmektedirler" ifadesini ağırlıklı olarak kullanmaktadırlar (Tablo 7).

Tablo 7: Yarışmacı Veya Yarışmacı Olmayan Öğrencilerin Akademik Başarıları.

	Yarışmacı Öğrenciler		Yarışmacı Olmayan Öğrenciler	
	f	%	f	%
Olumlu etkilenmektedir	174	35.6	169	34.6
Kısmen olumlu etkilenmektedir	261	53.4	264	54.0
Olumsuz etkilenmektedir	44	9.0	36	7.4
Fikrim yok	4	0.8	12	2.5
Cevapsız	6	1.2	8	1.6
Toplam	489	100	489	100

Araştırma grubuna giren okul yöneticileri, öğrencilerin ders dışı etkinliklere teşvik edilmesinde öncelikle öğrencinin isteğine (% 45.0), sonra ise derslerdeki başarısına (% 15.5) bakılmasını önemli görmektedirler (Tablo 8).

Tablo 8: Öğrencilerin Ders Dışı Etkinliklere Katılımları İçin Teşvik Koşulları

	f	%
Derslerdeki başarısı yüksek ise	76	15.5
Ailesi izin veriyorsa	37	7.6
öğrenci istekliyse	220	45.0
Fizikî ve maddî imkânlarımız yeterliyse	49	10.0
Yeterli öğretmen-lider varsa	3	0.6
Çevresel(Soyo-Kültürel) faktörler uygunsa	18	3.7
Teşvik için hiçbir şart aramam	71	14.5
Cevapsız	15	3.1
Toplam	489	100

Okul yöneticileri öğrencilerin ders dışı etkinliklere yönlendirilmesinde ise, önceliği Beden Eğitimi öğretmenlerine (% 41.3) vermekte, daha sonra ise kendilerini bu konuda görevli-sorumlu görmektedirler (Tablo 9).

Tablo 9: Öğrencinin Ders Dışı Etkinliklere Yönlendirilmesinde Etkin Olanlar.

Etkinlikler	f	%
Okul yöneticileri	159	32.5
Veliler	10	2.0
Rehber öğretmenler	49	10.0
öğrencinin arkadaşları	21	4.3
Beden Eğitimi öğretmenleri	202	41.3
Diğer öğretmenler	31	6.3
Cevapsız	17	3.5
Toplam	489	100

Okul yöneticilerinin kendi sorumlulukları içerisinde ise, en fazla yönlendirme yapmaları (% 41.9) ve fizikî imkânları hizmete sunma (% 32.3) görevlerini yerine getirme işlevini belirttikleri görülmektedir (Tablo 10).

Tablo 10: Okulların Ders Dışı Etkinliklerde En Fazla Oynaması Gereken Rol.

	f	%
Yönlendirme	205	41.9
Fiziki İmkanları Hizmete Sokma	158	32.3
Öğretmen, Antrenör, Lider Bulma	90	18.4
Finansör Olma	15	3.1
Cevapsız	21	4.3
Toplam	489	100

Okul yöneticileri ders dışı etkinliklere karşı okuldaki öğretmenlerin % 49.1'inin öneminin farkında olduğunu belirtirlerken, % 35.2'sinin ise ders dışı etkinlikleri önemsemediklerini düşünmektedirler (Tablo 11).

Tablo 11: Öğretmenlerin Ders Dışı Etkinliklere Karşı Yaklaşımları.

	f	%
Ders Dışı Etkinliklerin öneminin farkındadırlar	240	49.1
Ders Dışı Etkinlikleri önemsiz görüyorlar	92	18.8
Ders Dışı Etkinliklerin farkında değiller	80	16.4
Ders Dışı Etkinliklere teşvik ediyorlar	46	9.4
Bir fikrim yok	17	3.5
Cevapsız	14	2.9
Toplam	489	100

Okul yöneticileri, bu tür etkinlikler için en fazla Beden Eğitimi öğretmenlerini (% 58.7) daha sonra ise Türkçe öğretmenlerini (% 13.9) değerlendirmek istemektedirler (Tablo 12).

Tablo 12: Ders Dışı Etkinliklerde Öncelikle Hangi Branş Öğretmeninden Yararlanılacağı.

	f	%
Türkçe Öğretmenleri	68	13.9
Tarih Öğretmenleri	9	1.8
Beden Eğitimi Öğretmenleri	287	58.7
Resim Öğretmenleri	27	5.5
Müzik Öğretmenleri	30	6.1
Rehberlik Öğretmenleri	39	8.0
Diğerleri	29	5.9
Toplam	489	100

Okul yöneticilerinin ders dışı etkinliklerin bazı uygulamalarındaki fiziksel imkânlarıyla ilgili görüşleri Tablo 13'de yansıtılmaktadır. Ayrıca yöneticilerin bu konudaki karşılaştıkları zorluklar ve bu zorlukların önem dereceleri Tablo 14'de görülmektedir. Buna göre "veliler güçlük çıkarıyor" seçeneği birinci derecede önemli görülürken, "öğrenci mevcudunun kalabalıklığı" ve "öğrencilerin isteksizliği" son sıralarda önemli görülmektedir. Ayrıca toplam ağırlıklı ortalamalara bakıldığında da, "velilerin güçlük çıkarması" seçeneği en fazla önemsenen seçenek olarak görülmektedir (272.6 puan).

Tablo 13: Okul Yöneticilerinin Ders Dışı Etkinlik Uygulamalarına İlişkin Görüşleri

	Pekçok f %	Çok f %	Orta f %	Az f %	Hiç f %	Cevapsız f %
Öğrenci yoğunluğunun Ders Dışı Etkinliklere katılımı için okul yöneticilerinin yönlendirmesi, teşvik etmesi fikrine katılıyor musunuz?	195 39.9	186 38.0	70 14.3	27 5.5	0.4	9 1.8
Okulu temsil eden spor, tiyatro gibi yarışma gruplarının başarısı sizce ne kadar önemlidir?	203 41.5	218 44.6	50 10.2	11 2.2	7 1.4	-
Okulunuzun fizikî imkânlarının öğrenci yoğunluğunun ders dışı etkinliklere katılımı için yeterli midir?	15 3.1	63 12.9	163 33.3	144 29.4	96 19.6	8 1.6
Öğrencileri Ders dışı etkinliklere yönlendirecek veya çalıştırıcılık yapacak yeterli öğretmen/personele sahip misiniz?	12 2.5	52 10.6	175 35.8	220 45.0	28 5.7	2 0.4
Ders dışı etkinliklere öğrenci velilerinin yeterli katkısı bulunmakta mıdır?	10 2.0	22 4.5	110 22.5	178 36.4	166 33.9	3 0.6
Okulunuzun imkânları çevre halkının hizmetine verilmesi uygun mudur?	16 3.3	108 22.1	194 39.7	111 22.7	52 10.6	8 1.6
Çevre imkânlardan yeterince yararlanıyor musunuz?	4 0.8	16 3.3	134 27.4	188 38.4	127 26.0	20 0.4
Okullar ders dışı etkinlikler için uygun yerler midir?	18 3.7	75 15.3	215 44.0	148 30.3	14 2.9	19 3.9
Rehberlik ve danışmanlık birimlerinin ders dışı etkinliklere yönelik katkısı var mıdır?	24 4.9	81 16.6	175 35.8	127 26.0	60 12.3	22 4.5
Ders dışı etkinlikler için yeterli maddî kaynağa sahip misiniz?	4 0.8	16 3.3	97 19.8	115 23.5	239 48.9	18 3.7
Ders dışı etkinlikler öğrencinin genel eğitimine hangi düzeyde katkı sağlamaktadır?	42 8.6	188 38.4	182 37.2	46 9.4	10 2.0	21 4.3
Okulunuzda ders dışı etkinliklerin yürütülmesinde üst yönetiminiz size ne kadar destek, teşvik sağlamaktadır?	36 7.4	102 20.9	102 20.9	108 22.1	134 27.4	7 1.4
N:489						

Tablo 14. Ders Dışı Etkinliklerin Yönetiminde Karşılaşılan Zorluklar

Seçenekler	Önem Dereceleri										Toplam Ağırlıklı Ortalama
	1		2		3		4		5		
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	
Veliler Güçlük Çıkıyor	94	19.2	76	15.5	146	29.9	63	12.9	25	5.1	272.6
Boş Zaman Yeterli Olmuyor	55	11.2	71	14.5	119	24.3	90	18.4	31	6.3	225.4
Maddi İmkanlar Yetersiz	27	5.5	56	11.4	82	16.8	110	22.5	51	10.4	175.2
Yeterli Öğretmen Lider Yok	43	8.7	39	8.0	38	7.8	56	15.3	75	15.3	134.4
Mevzuat engelliyor	44	9.0	39	8.0	25	5.1	26	5.3	38	7.3	108.2
Etkinlik yaptırarak yerlerimiz yetersiz	6	1.2	5	1.0	2	1.0	2	0.4	3	0.6	12.6
Öğrenci mevcudumuz çok kalabalık	3	0.6	3	0.6	4	0.8	1	0.2	3	0.6	8.8
Öğrenciler isteksiz	5	1.0	2	0.4	2	0.4	3	0.6	2	0.4	9.4
N: 489											

Deneklerin ders dışı etkinliklere katılan öğrencilerin katılım amaçlarına ilişkin görüşlerine göre de; öğrenciler en fazla yani birinci derecede önemli "okulda dikkat çekmek" amacı ile bu etkinliklere katılmaktadırlar. Toplam ağırlık ortalamaya göre de yine bu seçenek öne çıkmaktadır (300.8 puan). (Tablo 15).

Tablo15. Öğrencilerin Ders Dışı Etkinliklere Katılım Amaçları

Seçenekler	Önem Dereceleri										Toplam Ağırlıklı Ortalama
	1		2		3		4		5		
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	
Okulda dikkat çekmek	138	28.2	66	13.5	158	32.3	20	4.1	36	7.4	300.8
Yeni Arkadaşlar Edinme	81	16.6	118	24.1	120	24.5	39	8.0	43	8.3	271.6
Kendini Kanıtlamak	49	10.0	74	15.1	93	19.0	67	13.7	66	13.5	204.0
Öğretmenlerin gözüne girmek	33	6.4	43	8.3	30	6.1	99	20.2	51	10.4	135.2
Sağlıklı ve mutlu olabilmek	35	7.1	34	7.0	14	2.9	38	7.8	35	7.2	92,8
İyi bir yarışmacı olabilmek	2	0.4	3	0.6	3	0.6	4	0.8	2	0.4	8.2
Dersleri daha iyi bir düzeye getirmek	3	0.6	1	0.2	3	0.6	4	0.8	-	-	7.2
Neşeli vakit geçirebilmek	2	0.4	1	0.2	6	1.2	2	0.4	-	-	5.4
N: 489											

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırma grubunu oluşturan yöneticilerin, okullarında ders dışı etkinlikler olarak en fazla voleybol branşının yapıldığı görülmektedir. Voleybol açık alanlarda, çok az malzeme gerektiren ve basit kurallarıyla kolay oynanabilen zevkli bir spordur. Ayrıca tiyatro ve edebiyat çalışmalarının ikinci olarak çok rağbet edilen etkinlikler arasında olması ilgi çekicidir. Badminton gibi çok kolay oynanabilecek bir sporun ise % 6.3'lük bir oranla alt sınıflarda yer alması düşündürücüdür (Tablo 1).

Okul yöneticilerinin ders dışı etkinliklerin bütün öğrencilere yönelik yapılmasını % 81.8 gibi yüksek bir oranda istemelerine karşılık, bu etkinlikleri yaygınlaştırmaya yönelik uygulamalar içinde kabul edilebilecek şenlik, şölen, festival gibi etkinliklerin yaygınlaştırılmasını, yarışma ağırlıklı spor organizasyonlarına karşı tercih etmemeleri ciddi bir tezat oluşturmaktadır. Bu tezada düşmeden fikirlerini daha açık belirten denekler, sadece okul takımlarını temsil edecek öğrencilerin bu etkinliklere katılması uygundur diyerek (% 16.4), zaten ciddi bir sorunu ortaya koymaktadırlar. Bu görüş paralelinde deneklerin % 15.6'sı öğrencilerin ders dışı etkinliklerden hoşlanmadıklarını da belirtmektedirler (Tablo 2, 3, 4, 13).

Yöneticiler ders dışı etkinliklerle öğrencilerin öncelikle kahvehane gibi yerlere gitmelerinin engellendiği görüşünü % 49.7 oranında paylaşılmaktadır. Ayrıca ders dışı etkinliklere katılmanın ya da çok az katılımın olduğu durumlarda öğrenciler arasında geçimsizlik ve uyum sorunlarının arttığını (% 31.7) belirtmektedirler (Tablo 5). Ders dışı etkinliklere katılan öğrencilerde ise, sosyalleşmenin daha iyi geliştiği (% 79.6) öncelikle belirtilmektedir (Tablo 6). Denekler, ders dışı etkinliklere katılan öğrencilerin akademik başarılarının düşeceği (% 3.5), başarısız olabilecekleri, daha huysuz, yaramaz olabilecekleri (% 1.6) veya belirgin bir etki bırakmayabileceği (% 1.4) gibi, olumsuz görüşler de ileri sürmüşlerdir (Tablo 5, 6).

Yöneticiler, öğrencileri istekliyse (% 45), velileri izin vermiyorsa (% 7.6), derslerdeki başarı yüksek ise (% 15.5) veya hiç bir şart aramadan (% 14.5) ders dışı etkinliklere yönlendirilmelerinin uygun olacağını belirtmektedirler (Tablo 8). Bu yönlendirmeyi ise öncelikle beden eğitimi öğretmenlerinin (% 41.3), sonra ise kendilerinin yapmaları gerektiğini belirterek (Tablo 9, 13), okulun da bir bütün olarak öncelikle öğrencinin yönlendirilmesinde büyük rolünün bulunduğunu (% 41.9) ortaya koymaktadırlar (Tablo 10). Yöneticiler, beden eğitimi öğretmenlerinden en fazla yararlanmak istediklerini de (% 58.7) belirtmektedirler (Tablo 12).

Nitekim, beden eğitimi öğretmenleri de ders dışı etkinliklerinde öğrencilere spor yaptırmayı bir mesleki sorumluluk hissi içinde görmektedirler (Pehlivan, 1993, s. 262).

Okul yöneticileri, okullarındaki öğretmenlerin ders dışı etkinliklerinin önemini % 58.5 oranında farkında olduklarını, ancak % 35.3 oranında önemsemediklerini düşünmektedirler (Tablo 11). Bu durum okullarda ders dışı etkinliklerin yaygınlaşmamasının önemli bir nedeni olarak kabul edilebilir.

Deneklere göre, öğrencileri ders dışı etkinliklerde çalıştıracak yeterli öğretmen-personel bulunmamaktadır. Veli katkısı azdır, çevre imkânlardan yeterince yararlanılamamaktadır, rehberlik ve danışmanlık birimlerinin katkısı çok azdır, yeterli maddi kaynak yoktur, okulların fiziki kapasiteleri yetersizdir ve üst yönetimler bu konuda orta düzeyde teşvik-destek sağlamaktadırlar (Tablo 13).

Bütün bu sorunların başında velilerin güçlük çıkarması yer almaktadır. Yöneticiler bu durumu birinci derecede önemli gösterirlerken, öğrenci mevcudunun kalabalıklığını ve öğrencilerin isteksizliğini son sıralarda belirtmişlerdir (Tablo 14).

Yapılan bir başka araştırmaya göre ise, okul yöneticilerine göre ders dışı etkinliklere engel olan faktörlerin başında salon, araç, gereç yetersizliği (% 66.6), sonra ise öğretmen ve maddi kaynak yetersizliği gelmektedir (Pehlivan, 1993, s. 264).

Okul yöneticileri, öğrencilerin ders dışı etkinliklere katılmalarındaki birinci derecede önemli amacı "okulda dikkat çekmek" olarak belirtmişlerdir. Toplam ağırlıklı ortalamaya göre de bu seçenek öne çıkmaktadır. Öğrencilerin iyi bir yarışmacı olabilmek amaçlarının ise, son sırada yer alacak şekilde önemsiz olduğu belirtilmiştir (Tablo 15).

Yöneticiler öğrencilerin bu tür faaliyetlere katılırken iyi bir yarışmacı olmak istemediklerini belirtmelerine rağmen, okul takımlarının oluşturulması, yarışmalara katılımı az da olsa istemektedirler. Bu durum ise, ders dışı etkinliklerin temel amaçlarına uyum sağlamamaktadır.

Bu araştırma sonuçlarına göre; okul yöneticilerinin az da olsa önemli sayılabilecek bir kısmı ders dışı etkinliklerin yararına inanmamaktadır. Uygulama politikalarında anlaşmazlık söz konusudur. Öğrencilerin tamamı mı etkinliklere yönlendirilecektir; yoksa sadece okul takımlarının çalışması ve yarışmalara katılım yeterli olacak mıdır? Bu soruların cevapları muğlaktır.

Bu nedenle; ders dışı etkinliklere yönelim yöneltme ve organizasyonda önemli rol oynayan yöneticilerin çağdaş ilkeler ve anlayış içerisinde bilinçlendirilmesi; etkinliklere yaklaşımlarının daha istekli, yoğun ve yaygın politikalar oluşturmak şeklinde sağlanması önem taşımaktadır.

KAYNAKLAR

1. Nixon, E.J. and Jewett, E.A.; An Introduction to Physical Education, Seveth Edition, Toronto, 1969.
2. Bücher, A.C.; Foundations of Physical Education, The GD., Mosby Company, Saint Louis, 1972.
3. Başaran, I.E.; Eğitime Giriş, Ankara, 1984.
4. Bilgen, Ü.; "Amerika Birleşik Devletlerinde Eğitim Hakkında Araştırma", Yeni Türkiye Dergisi, Eğitim Özel Sayısı, Yıl: 2, no.: 7, 7 Ocak-Şubat 1996.
5. Binbaşıoğlu, C; Genel öğretim Bilgisi, 6. Baskı, Ankara, 1991.
6. Stoke, H.W.; Lowbeer, H.; Capelle, J.; Okul Programları Reformu ve Eğitimin Geliştirilmesi, OECD Raporu, MEB Yayınları, Ankara, 1967.
7. Karaküçük, S.; Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme, (Geliştirilmiş Üçüncü Baskı). Bağırhan Yayınevi, Ankara, 1999.
8. Pehlivan, Z.; "Ders Dışı Spor Etkinliklerinin Eğitim Programı Açısından Araştırılması", Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor II. Ulusal Sempozyumu, M.E.B., Manisa, 16-18 Aralık 1993, s. 259-269.

BİR TUTUNDURMA ARACI OLARAK SPOR SPONSORLUĞU

Hülya Coşkun *

ÖZET

Bu çalışmada, yeni bir kavram olan sponsorluk tanımına açıklık getirilmektedir. Halkla ilişkiler ve reklam ile karıştırılmasından kaynaklanan yanlış anlamalara dikkat çekilerek, benzer yönleri ve ayrımı ortaya konmuştur. Büyük bir pazar haline gelen spor sponsorluğunun bir güç olarak ortaya çıkmasının iki önemli nedeni olan televizyonda reklamların başlaması ve televizyon sponsorluğunun gelişmesine değinilmiştir. Globalleşen görsel medyanın spora verdiği destek ile sponsorların Olimpiyatlara ve Olimpik sporculara sponsorluk yaparak dünyanın en büyük spor olayının bir araya gelmesinden doğan pazarlama avantajını kullanmaları incelenmiştir. Reklamla kalabalıklaşan medya ortamından sıyrılan ve medyada haber olarak yer alan işletmelerin sporu tercih etme nedenleri ele alınmıştır.

Anahtar Kelimeler : Halkla ilişkiler, reklam, spor sponsorluğu, kitle iletişim araçları

SPORT SPONSORSHIP AS A MEANS OF SUSTAINMENT

ABSTRACT

The sponsorship Which is a new concept aimed to be clarified in this study, it was focused on the misunderstanding resulting from the interference with public relations and advertisement, thus Similarities and differences were put forward. Beginning of the T.V. advertisement and advances of the T.V. sponsorships were studied which are the two main reasons that made sport sponsorship come in to the power as a big market. The support of the globally spreading visual media to sport and uses of the marketing advantages by sponsoring the olympics and olympic sportsmen and women in this world's greatest sport organization was also studied. Finally, reasons why the companies prefer to get involve were studied.

Key Words : Public relation, advertisement, mass media, sport sponsorship

*Ankara Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ANKARA

GİRİŞ

21. yüzyılın eşliğinde Dünya şaşırtıcı gelişmelere, buluşlara ve organizasyonlara tanık oldu ve olmaya devam ediyor. Bu organizasyonların en tanınmış ve akılda kalanları olimpiyatlar, akdeniz oyunları ünlü tenis tumuvaları v.s. dir. Siyasetin, sanatın, çevrenin ve daha nice konunun gündemi meşgul ettiği dünyamızda, spor ağırlıklı konumunu sürdürüyor. Sporun bu ağırlıklı konumu, sporu ticarileşerek başlı başına bir sektör haline getirdi.

Spor sektörü ve kitle iletişim araçları ilişkisi ve özellikle görsel medyanın gücü SPOR'a bakışımızı derinden etkiledi. Spor artık dar tanımından sıyrılıp evrensel bir değer haline geldi. Salonlarda, statlarda sınırlı sayıda izleyicisi olan etkinlikten çıkıp milyonların izlediği, etkilendiği, heyecanlandığı ve katıldığı büyümlü bir atmosfer oluşturdu. Ülkeler takımlarıyla, takımlar seyirci ile özdeş hale geldiği gibi, sporcular kahramanlaştı, antrenörler alkışlandı, kulüp başkanları güç kazandı. Spor endüstrisi ekonomik, kültürel, sosyal ve siyasal değer üreten müthiş bir çarkı oluşturdu.

Spor kulüplerinin, sporcuların bu gücünü ilk keşfeden ya da kabul eden şirketler canlı yayınlanan spor müsabakalarına sponsorluk yaparak verimli bir alan yakaladılar. Şirket ismi taşıyan reklamı iyi yapılmış takım ve sporcularla bu şirketler uzun dönemli ve akıllı bir yatırıma girdiler. Spor gibi rekabet ortamında iyi zamanlama ve kalite spor kavramının özünü oluşturdu.

Bu çalışmada sponsorluğun tarihçesi, sponsorluk ve spor sponsorluğunun tanıtılması amaçlanmaktadır, işletmeleri sponsorluk uygulaması ile güttükleri amaçlar ve sponse edilecek spor olayını işletmelerin tercih etme nedenleri, medyanın spor sponsorluğunun gelişimine etkisi ve olimpiyat sponsorluğunu işletmelerin tercih etme nedenleri ortaya konulacaktır.

SPONSORLUK KAVRAMI

Sponsorluk tarihsel süreç içerisinde, aristokrasinin ve saray dünyasının üstlendiği "sanatı destekleme" işlevinin bir uzantısıdır. Eski çağlarda, soyluların ya da kraliyet ailelerinin, herhangi bir beklentileri olmaksızın bir kişi ya da etkinliği desteklemeleri, sponsorluğun tarihsel gelişimi içindeki rolünü ortaya koyar (Wood, 1992, s.86).

Roma imparatoru Augustus'a, sanatçıyı koruma düşüncesini aşlayan Gaius Clinius Maecenas, sanatçıları şairleri bir karşılık beklemeden desteklemiş, bundan dolayı mesenlik onun ismiyle tarihteki yerini almıştır. Sanatı ve sanatçıyı koruyanlara meşen, bu koruma için yapılan çalışmalara da mesenlik denilir.

Meşen, desteklediği kişiden ve organizasyondan somut olarak bir karşılık beklemeden destekte bulunur. Meşen, kendisinin veya kuruluşunun adı desteklenen faaliyet veya kişiyle anılmasa veya bir bağlantı kurulmasa da bu desteği yapar (Lock, 1988, s.39).

İşletmelerin yoğun olarak sponsorluğu pazarlama iletişiminde kullanmaları nedeniyle, sponsorluğun diğer faaliyetlerden ayrımını ortaya koymak, ne olduğunu belirlemek için sponsorluk üzerine yapılan kimi tanımları gözden geçirmek yararlı olacaktır.

Sponsorluk, pozitif değerleri ölçülebilen, topluma değer katarken, destek olana da ticari menfaat sağlayan etkinlikler dizisidir. Bu tanımda sponsorluğun sağlayacağı faydaların ölçülebi- leceği üzerinde durulmuştur (Aşna, 1995, s.4).

Bir diğer tanımda ise sponsorluğun, kurumsal amaçlara ulaşmak için spor, sanat, kültür ve sosyal alanlarda, kişi veya organizasyonların para, araç- gereç ya da hizmet ile desteklenmesi ve tüm aktivitelerin planlanması, organizasyonu, yürütülmesi ve kontrolüdür (Peltekoğlu,1998, s.218). Bu tanımda ise sponsorluğun, kurumsal amacının yanında, ayni ve nakdi yardım şeklin- de gerçekleştiği, planlı bir çalışma olduğu belirtilmiştir.

Sponsorluk bir olay ya da faaliyete destek şeklindedir. Kuruluş açısından hiçbir bağlantısı ol-mayan başka bir kuruluşa desteğinden karşılıklı yarar sağlanması amacıyla para ödenmesidir. Ku- ruluş birçok fayda sağlayacağı, vereceği destekten karlı çıkacağı için sponsor olur, yani sponsor- luktan elde edilecek kazanmalardır, beklentilerdir, çıkarlardır. Sponsorluk insanlara değişik yollar- dan hiç beklemedikleri anda ulaşır ve bu sadece sponsorluğa özgüdür.

SPONSORLUĞUN ÖNEMİ VE YÜKSELİŞİ

Sponsorlukta kitle iletişim ortamı, etkileri ve sonuçları günümüzün belirleyici özelliği olmayı sürdürüyor. Sponsorluğun dünyada artan önemi, sponsorluğa harcanan paranın artışıyla ve ki- mi şirketlerde bu çalışma için görev alan kişilerin varlığıyla ortaya konulabilir(Gardner ve Schu- man, 1987, s.23). Öyle ki, 1990'lı yıllar, özellikle sanat ve iş dünyası arasında, "kuru kuruya" hayırseverlik düşüncesinden, bir yanda sanata ve spora destek sağlayan, bir yandan da şirketle- rin iş yaşamındaki amaçlarına ulaşmasına yardımcı olan bir dayanışmaya doğru geçişin gözlen- diği dönemdir (Naisbitt ve Aburdune,1990, s.58). İşletmeler iş yaşamlarında amaçlarına ve ba- şarıya ulaşmak için reklam faaliyetlerine bütçe ayırmaktansa doğru bir seçimle sponsorluk faali- yetlerine yönelmişlerdir. Reklam giderlerinin maliyet açısından yüksek oluşu, kalabalıklaşan rek- lam ortamında farkına varılmamak, işletmelerin sponsorluğa yönelerek bu yığılmadan sıyrılma olanağı bulmalarını sağlamıştır.

Sponsorluğun, dünyada ve ülkemizde yaygın kullanımına rağmen hala bağış, yardım, sınırlı bütçe ve reklam ile sıklıkla karıştırılmaktadır. Yanlış anlamaların bir diğer nedeni ise, çok yakın zamana kadar halkla ilişkilerin öneminin yeterince anlaşılmamasıdır. Bu ayrımları ortaya koyabilmek için halkla ilişkiler ve reklam tanımlarına baktığımızda; halkla ilişkiler, örgütün çevre desteğini sağlamak için yapmış olduğu planlı girişimdir (Kazancı, 1996, s.70). İki yönlü ilişkinin söz konusu olduğu halkla ilişkiler, sponsorluk gibi planlıdır, hedef kitleye yönelik uzun vadede ku-

ruluş amaçlarını gerçekleştirmek amacını taşır. Sosyal sorumluluk ön plandadır. Her ikisi de doğrudan kar amacı gütmeyen ve etkileri uzun zamanda ölçülür.

Reklam ise, bir ürün ya da hizmeti duyurmak amacıyla hazırlanan mesajın kitle iletişim araçlarında yer ve zaman satın alınarak yayınlanmasıdır. Reklamda hazırlanan mesajın üzerinde doğrudan bir denetim söz konusudur ve hedef kitleyi etkilemek amaçlanır. Sponsorlukta ise önceden hazırlanmış ve içeriği kontrol edilmiş mesajlara ihtiyaç yoktur. Sponsorlukta amaç hedef kitleye ulaşmak ve belli bir imajı yaratmaktır. Reklamın kitle iletişim araçlarında yayınlanması kesindir ancak sponsorluğun yayınlanması sponse edilen faaliyetin haber değeri taşımasına ve medya ile olan ilişkilere bağlıdır. Sponsorluk ve reklam arasındaki diğer bir fark da izleyici tepkileridir. Sponsorluk, reklama göre daha yararlı, ilkeli ve ahlaki bir faaliyet olarak algılanır. Oysa reklam tamamen ticari amaçlarla gerçekleştirilen bir faaliyet olarak görülmektedir. Oyuncunun formasındaki logo ve stadyumda ki tabelalar reklamdır. Eğer reklam, içinde şu yararların da olacağı paketin parçası ise o zaman bu sponsorluk olur. Bu yararlar, tanıtım aktiviteleri, satış promosyonu, halkla ilişkiler ve direkt pazarlama imkanlarıdır. Dolayısıyla sponsorluk bir şemsiye altında tüm pazarlama ilkelerini ve halkla ilişkileri kullanır. Ünlü bir sporcuya tenis ayakkabısını giymesi için anlaşma yapıldığı da, bu sponsorluk uygulamasına girmez. Bu sadece ünlü bir sporcuya, firmanın ayakkabısını giymesi için yüklü bir para ödenmesidir.

İşletmeler, spor (bireysel sporcular, spor takımları, spor organizasyonları), kültür-sanat (müzik, gösteri sanatları, sergi, film- program) ve sosyal alanlarda sponsorluk yapmaktadırlar. Bunların içinde spor, en çok tercih edilen sponsorluk türüdür. Neden spor sponsorluğu? Spor göz önündedir, herkes katılabilir, insanlar saatlerce seyreder, sürekli gazetelerde veya televizyondadır, sporcuların hayatları her zaman merak edilir, dolayısıyla hazır bir pazardır. Sponsorlukta seyirciler ve dinleyiciler direkt hedeflenir. Spora sponsorluk yaparak, kasaba, il, kıta ve dünya sizin için hali hazırda ulaşacağınız pazardır.

Spor sponsorluğunun bir güç olarak ortaya çıkmasının iki önemli nedeni vardır; televizyon sponsorluğunun gelişmesi ve televizyonda reklamların başlaması. Spor medyanın ilgisini çeken bir güçtür. Spor olaylarının televizyonda gösterilmesi kamu dikkatini ve spora olan ilgiyi artırarak, sporun popülaritesini artırmıştır. Spor sponsorları, sponse ettikleri organizasyonlarla, stadyumun çevresindeki tabelaların, bayrakların, ilan panolarının ve oyuncuların malzemelerinin tümünün ülke ya da dünyada milyonlarca televizyon ekranında görünmesini sağlamışlardır. Dünya Kupası ve Olimpiyatlar gibi spor olaylarının televizyonda gösterilmesi, sponsor firmalar için global bir sahne sağlar. Bu ise firmanın milyonlarca dolar harcayarak birçok ülkeye ulaşmak istemesinden daha karlı ve kısa bir yoldur.

Sponsorlar, Olimpik sporcular ile dünyanın en büyük spor olayının bir araya gelmesinden doğan pazarlama avantajının peşindedirler. Olimpik oyunları, diğerlerinden ayıran prestij ve mükemmeliyetleri nedeniyle amaçlamaktadırlar. Çünkü, iç içe geçmiş beş olimpiyat halkası dünyada en çok tanınan logodur ve genel olarak "uluslararası iyi niyet", "yüksek performans", idealle-

ri ile özdeşdir. 1995 yılında gerçekleştirilen bir araştırmada, Amerikalıların %80'i Olimpiyat Oyunlarını dünyanın en önemli spor olayı olarak görmüşler ve %92'si Olimpiyat oyunlarının başarının en üst seviyesini temsil ettiği konusunda hemfikir olmuşlardır, %95'i "Olimpiyat sponsorlarını, onların ürünlerini almak suretiyle desteklemek istediklerini" ve %74'ü ise onları başarılı firmalar ve sektörlerinin liderleri olarak algıladıklarını ifade etmişlerdir (1998, United States Olympic Committee Reserved).

Sponsorlar tarafından desteklenen ticari amaçlı ilk olimpiyat oyunları 1984 yılında yapılan Los Angeles olimpiyat oyunlarıdır. 1984'den önceki oyunlar hükümetler tarafından desteklenmekteydi. "Visa" 1988 Olimpiyatlarının resmi sponsorluğunu yapmış, bu kartla yapılan her işlem için Olimpiyat komitesi'ne armağanlar vermiş ve uygulamaya kart sahiplerini de dahil etmiştir.

1988 Calgary ve Seul Olimpiyat Oyunlarında reklam ve sponsorluk için IOC (Uluslararası Olimpiyat Komitesi) bir şirket kurmuştur. Tüm dünyada Olimpiyatların reklam ve sponsorluğu bu şirket tarafından alınmış ve verilmiştir. Bu sayede IOC, 109 şirketten 120 milyon dolar kazanmıştır. 1996 Atlanta Yaz Olimpiyat Oyunlarında bazı şirketler Olimpiyatlara sponsor olmanın yanında, Olimpiyatları yayınlayan NBC ve ona bağlı kanallara da, sponsor olan şirketler, kendi alanlarında diğer şirketlerin tanıtımının yapılmaması için para ödemişlerdir. Örneğin Coca-cola, alkol içermeyen içecek reklamlarının olmaması için 60 milyon dolar, General Motors yerli araba ve kamyon kategorisinde sadece kendi reklamlarının yayınlanması için 50 milyon dolar, McDonald's kendi restoranının dışında başka bir firmanın olmaması için 50 milyon dolar, Butvviser kendi isminin dışında başka firma olmaması için 40 milyon dolar ve Visa banka kredi kartı diğer kredi kartı reklamlarının olmaması için 40 milyon dolar ödemiştir (Klatell, Marcus 1996, s.216-217).

Büyük yatırımların yapıldığı spor olaylarının sponsorluğu globalleşen görsel medyanın spora verdiği önemi ve kapsamı arttırmaları sayesinde hızlı bir şekilde büyümektedir. Bundan yararlanan televizyon yasaklı alkol ve tütün üreticileri, bu alanı kullanarak kendilerine alternatif bir medya ortamı yaratmışlardır. Bu işletmeler spor organizasyonlarına sponsorluk yaparak tüketicilere ulaşmakta ve varlıklarını sürdürmektedir.

SONUÇ

İşletmeler rekabetçi piyasalarda güçlü bir ürün, örgütsel kimlik ve imaj yaratma çabasındadırlar. Yayınladıkları reklamlarla medya ortamı kalabalıklaşmakta ve mesajlar hedef kitlesine ulaşamamaktadır. Bu nedenle işletmeler artan reklam maliyetleri ve fiyat dışı unsurlarla rekabet edebilmek için, kalıcı ve güvenilir olmak, toplumu haberdar etmek ve sosyal sorumluluklarını yerine getirebilmek için sponsorluğu tercih etmektedirler. Son yıllarda önem kazanan ve reklamın da önüne geçen sponsorluk, halkla ilişkiler ve pazarlama iletişimde önemli bir tutundurma öğesidir. Kalabalıklaşan medya ortamından uzaklaşan işletmeler, geniş kitlelere ulaşabilmek için

bu kitleleri etkileyen bir uğraşı alanı olan spora sponsorluk yapmaktadırlar. İşletmeler spor alanındaki sponsorluklarıyla medyanın ilgisini çekmekte, haber olarak yer alarak geniş kitlelere tanıtımını yapmaktadır. Spor ortamında daha dinamik bir görünüm kazanan işletmeler, şirket çalışanlarının onur duyup, saygınlık kazandığı kurumlara dönüşmekte ve kamuda gönüllü yürüyen billboardlar'a sahip olmaktadır.

KAYNAKLAR

- Aşna , Sibel (1995), "Sponsorluk Nedir? Ne Değildir? Sponsorluk ve Bağış: İki Farklı Olgu", Üçüncü Halkla İlişkiler Kongresi'ne Sunulan Bildiri, 5 Aralık 1995, Marketing Türkiye (Düz.), İstanbul.
- Gardner, M., Shuman, P. (1987): "Sponsorship: An Important Component of the Promotion Mix", Journal of Advertising, No:1.
- Kazancı, Metin (1996);" Halkla İlişkiler" A. Ü. İletişim Fakültesi yayınları, Ankara.
- Klatell, A. David, Marcus, Norman (1996), "Inside Big- Time sports: Television, MoneyS The Fans" New York.
- Lock, Friederich (1988), Kunstsporsoring: Ein Spannungsfeldzwischen Unternehmen, Künstlerin und Gesellschaft, Wiesbaden, dt. Univ. Verl.
- Naisbitt, John ve Patricia Aburdune (1990): Megatrends 2000, çev: Erdal Güven, Form yay, İstanbul.
- Peltekoğlu, Filiz Balta (1998), "Halkla İlişkiler Nedir", Beta Basım Yayımları Dağıtım.
- USOC (1998)" Benefits of Sponsorship", <http://www.usoc.org>
- Wood, David (1992), "Types of Media" The Practice of Puplic Relations Ed. Wilfred Howard, 3, ed. Oxford: Butterworth-Hie nemann.

KONGRELER TAKVİMİ

Tarih : 08-10 Mart 2000

Sporcu Sağlığı ve Sorunları Sempozyumu

Yer : ERZURUM

Düzenleyen Atatürk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
Atatürk Üniversitesi, Tıp Fak. FTR ABD Spor Hekimliği Bilim Dalı

Yazışma Adresi : Öğr. Gör. Doğan Şen, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu ERZURUM
Tel: 0 442 233 00 71 Fax: 0 442 233 00 71

Tarih : 04 - 05 Mayıs 2000

V. Turkish - Austrian Management Seminar; Sport Management

Yer : İSTANBUL

Düzenleyen İstanbul Üniversitesi, İşletme Fakültesi, İşletme İktisadi Enstitüsü
Salzburg Üniversitesi, Avusturya

: e-mail: ije@istanbul.edu.tr
Yazışma Adresi Tel: 0 212 591 44 91 Fax : 0 212 591 99 78

Tarih : 10-12 Mayıs 2000

II. Öğretmen Yetiştirme Sempozyumu

Yer : ÇANAKKALE

Düzenleyen Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Fakültesi

Yazışma Adresi : Prof. Dr. Eyüp Özdemir, Sempozyum Düzenleme Kurulu Başkanı

Tarih : 11 -13 Mayıs 2000

III. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi

Yer : İSTANBUL

Düzenleyen Marmara Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Yazışma Adresi : Kongre Sekreterliği, Marmara Üniversitesi BESYO
Cuma Yolu Cad. 81616 Anadoluhisar İSTANBUL
Tel: 0 212 308 56 61 - 62 - 63 /166-118 Fax: 0 212 332 16 20
e-mail: kongre2000@marun.edu.tr

Tarih : 26-27 Mayıs 2000

I. Gazi Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Kongresi

Yer : ANKARA

Düzenleyen : Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Yazışma Adresi : Kongre Sekreterliği, Doç. Dr. İbrahim Yıldırım

Gazi Üniversitesi, BESYO, 06500 Beşevler - ANKARA

Tel: 0 312 222 50 57 - 215 24 95 / 111 Fax: 0 312 212 22 74

e-mail: gazibesbed@hotmail.com

Tarih : 16-18 Ekim 2000

II. Futbol Bilim Kongresi

Yer : İZMİR

Düzenleyen : Ege Üniversitesi, BESYO, Tıp Fakültesi, Spor Hekimliği ABD., Türkiye Spor Hekimleri Derneği, Türkiye Futbol Federasyonu, Türkiye Futbol Antrenörleri Derneği, İzmir Sporcu Sağlık Merkezi

Yazışma Adresi : Doç. Dr. Mustafa Ferit Acar, Ege Üniversitesi, BESYO, 35100 Bornova - İzmir

Tel: 0 232 342 57 14 - 15 (2 hat) Fax : 0 232 339 90 00

e-mail: catikkas@boRNova.ege.edu.tr

Tarih : 03-05 Kasım 2000

VI. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi

Yer : ANKARA

Düzenleyen : Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Spor Bilimleri Derneği

Yazışma Adresi : Gıyasettin Demirhan, Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu

06532 Beytepe-ANKARA

Tel: 0 312 297 68 90-92 Fax : 0 312 299 21 67

e-mail: sbk6@hacettepe.edu.tr

<http://www.sbt.hacettepe.edu.tr.sbk6>

YAYIN KURALLARI

1. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisinde Beden Eğitimi ve Spor Bilimlerinin teorik ve uygulamalı alanlarına ilişkin araştırmalar ile yayın kurulunun uygun göreceği veya isteği üzerine hazırlanmış derleme yazılar yayımlanabilir.
2. Dergiye gönderilen yazılar A 4 daktilo kağıdına ve sahifelerin bir yüzüne iki satır aralıklı, sağda 2 cm., solda 3 cm. boşluk bırakılarak elektrikli daktilo veya bilgisayarda Word 6.0 veya üst sürümleri ile yazılmalıdır.
3. Makalelerde Türkçe ve İngilizce özetler ve anahtar kelimeler yer almalı, kaynakça dahil 8 daktilo sayfasını geçmemelidir. Yazılar bir disket ve üç basılı nüsha halinde ve yazının açık adresi, telefonu varsa faks numarası eklenerek gönderilmelidir.
4. Gönderilen yazılarda sade bir Türkçe kullanılması gerekmektedir. Aşırı yeni veya aşırı eski kelimelere gerekmedikçe yer verilmemelidir. Türkçe ve yabancı dilde yerleşmiş spor terminolojisine özen gösterilmelidir.
5. Fotoğraflar siyah-beyaz olmalı, arka planına numara verilerek aynı bir zarfa konulmalıdır. Ayrıca, metin içerisinde fotoğrafların yerleşeceği yere not düşülmelidir.
6. Şekil, grafik ve tablolar aynı bir kağıda baskıya girecek şekilde çizilmiş veya yazılmış olarak gönderilmelidir.
7. Makalelerin her türlü sorumluluğu yazara aittir. Yazılar yayınlansın ya da yayınlanmasın geri gönderilemez. Yayınlanmasına, kısaltılmasına veya bölümler halinde yayınlanmasına yayın kurulu karar verir.
8. Yazar adı veya adları başlığın sağ altına gelecek şekilde birden çok yazar varsa alt alta yazılmalıdır. Yazarın veya yazarların adresi adının ve soyadının sonuna konulacak yıldızla birinci sahifenin alt kısmında gösterilmelidir.
9. Yazılar, yayın kurulunun belirleyeceği hakemler tarafından incelendikten sonra yayınlanacaktır.
10. Kapakça yazar soyadlarına ve alfabetik sıraya göre yapılmalıdır. Kaynak gösterilirken kaynak numaraları metin içinde cümlelerin bittiği yerde parantez içinde verilmelidir.